



**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ НАУКА**

НАУЧНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

**Сборник научных трудов  
по материалам I Международной  
научно-практической конференции**

**СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОЛОГИЯ:  
МЕТОДОЛОГИЯ, ПАРАДИГМЫ, ТЕОРИИ**

**25 марта 2016 г.**



**Нижний Новгород**  
**[www.scipro.ru](http://www.scipro.ru)**

УДК 159.9  
ББК 88

С 56

*Редакторы:*  
*Н.А. Краснова, Т.Н. Плесканюк*

Современная психология: методология, парадигмы, теории: сборник научных трудов по материалам I Международной научно-практической конференции 25 марта 2016 г. Нижний Новгород: НОО «Профессиональная наука», 2016. 71 с.

ISBN: 978- 5-00-005636-1

В сборнике научных трудов рассматриваются проблемные вопросы по всем направлениям психологической науки научных сотрудников России и зарубежных стран по материалам научно-практической конференции «Современная психология: методология, парадигмы, теории» (25 марта 2016 г.)

Сборник предназначен для научных и педагогических работников, преподавателей, аспирантов, магистрантов и студентов с целью использования в научной работе и учебной деятельности.

Все статьи, включенные в сборник, прошли научное рецензирование и опубликованы в том виде, в котором они были представлены авторами. За содержание статей ответственность несут авторы.

Информация об опубликованных статьях предоставлена в систему Российского индекса научного цитирования – **РИНЦ** по договору № 2819-10/2015К от 14.10.2015 г.

Электронная версия сборника находится в свободном доступе на сайте <http://www.scipro.ru>.

УДК 159.9  
ББК 88

ISBN: 978- 5-00-005636-1

Редакторы Н.А. Краснова,  
Т.Н. Плесканюк, 2016

Коллектив авторов, 2016

Индивидуальный предприниматель  
Краснова Н.А., 2016

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, .....</b>	<b>4</b>
<b>ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ .....</b>	<b>4</b>
Иванова Э.К. «Темперамент» в психологии .....	4
Золотухина О.С. Деревянко Ю.П. Уровневые и структурные особенности переживания времени подростков, склонных к девиантному поведению .....	10
Таллибулина М.Т. Личностный портрет счастливого человека .....	16
Ежкова Н.С., Трухина Н.М. Проблема развития творческого воображения дошкольников .....	27
<b>МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ.....</b>	<b>31</b>
Локтева А.В. Особенности образа Я у современных подростков, злоупотребляющих алкоголем.....	31
<b>СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ .....</b>	<b>42</b>
Чернышева И.А. Особенности консультирования по вопросам детско-родительских отношений .....	42
Шалагинова К.С. Оптимизация психологического климата в коллективе подростков как направление профилактики буллинга.....	48
Якунина Ю.Е., Котомкина Е.Е. Ценности как фактор адаптации личности к новой социокультурной среде (на примере эмигрантов в Таиланд).....	58

УДК 159.923

**Иванова Э.К. «Темперамент» в психологии**

**"Temperament" in psychology**

**Иванова Элла Кузьминична**

Казахский национальный педагогический университет

**Ivanova Ella Kuzminichna**

Kazakh National Pedagogical University

**Аннотация.** В статье описаны основные типы темперамента и новые взгляды на его формирование и назначение.

**Abstract.** The article describes the main types of temperament and new views on its form and function.

Ключевые слова / Key words: темперамент, психическая деятельность, temperament, mental activity

Темперамент – это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику протекания его психических процессов и поведения. Под динамикой понимают темп, ритм, продолжительность, интенсивность психических процессов, в частности эмоциональных процессов, а также некоторые внешние особенности поведения человека – подвижность, активность, быстроту или замедленность реакций и т.д. Темперамент характеризует динамичность личности, но не характеризует ее убеждений, взглядов, интересов, не является показателем ценности или малоценности личности, не определяет ее возможности (не следует смешивать свойства темперамента со свойствами характера или способностями). Можно выделить следующие основные компоненты, определяющие темперамент.

1. Общая активность психической деятельности и поведения человека выражается в различной степени стремления активно действовать, осваивать и преобразовывать окружающую действительность, проявлять себя в

разнообразной деятельности. Выражение общей активности у различных людей различно.

Можно отметить две крайности: с одной стороны, вялость, инертность, пассивность, а с другой – большая энергия, активность, страстность и стремительность в деятельности. Между этими двумя полюсами располагаются представители различных темпераментов.

2. Двигательная, или моторная, активность показывает состояние активности двигательного и речедвигательного аппарата. Выражается в быстроте, силе, резкости, интенсивности мышечных движений и речи человека, его внешней подвижности (или, наоборот, сдержанности), говорливости (или молчаливости).

3. Эмоциональная активность выражается в эмоциональной впечатлительности (восприимчивость и чуткость к эмоциональным воздействиям), импульсивности, эмоциональной подвижности (быстрота смены эмоциональных состояний, начала и прекращение их). Темперамент проявляется в деятельности, поведении и поступках человека и имеет внешнее выражение. По внешним устойчивым признакам можно до известной степени судить о некоторых свойствах темперамента.

Магия чисел в средиземноморской цивилизации привела к учению о четырёх темпераментах, в то время как на Востоке развивалась пятикомпонентная «система мира».

Слово «темперамент» (от лат. temperans, «умеренный») в переводе с латинского обозначает «надлежащее соотношение частей», равное ему по значению греческое слово «красис» (др.-греч. κρᾶσις, «слияние, смешивание») ввёл врач античности Гиппократ. Под темпераментом он понимал и анатомо-физиологические, и индивидуальные психологические особенности человека. Гиппократ объяснял темперамент как особенности поведения, преобладание в организме одного из «жизненных соков» (четырёх элементов):

- Преобладание лимфы (др.-греч. φλέγμα, флегма, «мокрота») делает человека спокойным и медлительным (элемент «вода») — флегматиком.
- Преобладание жёлтой жёлчи (др.-греч. χολή, холе, «жёлчь, яд») делает человека истеричным и хамовитым, «горячим» (элемент «огонь») — холериком.
- Преобладание крови (лат. sanguis , сангвис, сангуа, «кровь») делает человека подвижным и весёлым (элемент «воздух») — сангвиником.
- Преобладание чёрной жёлчи (др.-греч. μέλαινα χολή, мелэна холе, «чёрная жёлчь») делает человека грустным и боязливым (элемент «земля») — меланхоликом.

Эта концепция до сих пор оказывает влияние на литературу, искусство и науку. Типы темперамента играли важную роль в психологии нового времени, в философии Иммануила Канта и Рудольфа Германа Лотце.

Б. М. Теплов дает другое определение темперамента: «Темпераментом называется характерная для данного человека совокупность психических особенностей, связанных с эмоциональной возбудимостью, то есть с быстротой возникновения чувств, с одной стороны и силой — с другой» [1]. На основе определения Теплова Б. М., Маклаков [2] выделяет два компонента темперамента: активность поведения и эмоциональность. По его мнению, активность поведения характеризуется степенью энергичности, стремительности, быстроты, или наоборот, медлительности и инертности. В свою очередь, эмоциональность характеризует протекание эмоциональных процессов, определяя знак (положительный или отрицательный) и модальность (радость, горе, страх, гнев и др.)

Древнегреческий врач Гиппократ, живший в 5 веке до н.э., описал четыре темперамента, которые получили следующие названия: сангвинический темперамент, флегматический темперамент, холерический темперамент,

меланхолический темперамент. Отсутствие необходимых знаний не позволяло дать в то время подлинно научную основу учению о темпераментах, и только исследования высшей нервной деятельности животных и человека, проведенные И.П. Павловым, установили, что физиологической основой темперамента являются сочетания основных свойств нервных процессов.

По мнению И.П. Павлова, темпераменты являются «основными чертами» индивидуальных особенностей человека. Их принято различать следующим образом: сангвинический, флегматичный, холерический и меланхолический.

Установлена зависимость между типом высшей нервной деятельности и темпераментом.

Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы. Он легко контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, активно вступает в контакты с людьми. Его речь громкая, быстрая, отчетливая и сопровождается выразительными мимикой и жестами. Но этот темперамент характеризуется некоторой двойственностью. Если раздражители быстро меняются, все время поддерживается новизна и интерес впечатлений, у сангвиника создается состояние активного возбуждения и он проявляет себя как человек деятельный, активный, энергичный. Если же воздействия длительны и однообразны, то они не поддерживают состояния активности, возбуждения и сангвиник теряет интерес к делу, у него появляется безразличие, скука, вялость.

У сангвиника быстро возникают чувства радости, горя, привязанности и недоброжелательности, но все эти проявления его чувств неустойчивы, не отличаются длительностью и глубиной. Они быстро возникают и могут так же быстро исчезнуть или даже замениться противоположными. Настроение сангвиника быстро меняется, но, как правило, преобладает хорошее настроение.

Флегматик медлителен, спокоен, нетороплив, уравновешен. В деятельности проявляет основательность, продуманность, упорство. Он, как правило, доводит начатое до конца. Все психические процессы у флегматика

протекают как бы замедленно. Чувства флегматика внешне выражаются слабо, они обычно невыразительны.

Холерики быстры, чрезмерно подвижны, неуравновешенны, возбудимы, все психические процессы протекают у них быстро, интенсивно. Преобладание возбуждения над торможением, свойственное этому типу нервной деятельности, ярко проявляется в несдержанности, порывистости, вспыльчивости, раздражительности холерика. Отсюда и выразительная мимика, торопливая речь, резкие жесты, несдержанные движения. Чувства человека холерического темперамента сильные, обычно ярко проявляются, быстро возникают; настроение иногда резко меняется.

У меланхоликов медленно протекают психические процессы, они с трудом реагируют на сильные раздражители; длительное и сильное напряжение вызывает у людей этого темперамента замедленную деятельность, а затем и прекращение ее. В работе меланхолики обычно пассивны, часто мало заинтересованы (ведь заинтересованность всегда связана с сильным нервным напряжением). Чувства и эмоциональные состояния у людей меланхолического темперамента возникают медленно, но отличаются глубиной, большой силой и длительностью; меланхолики легко уязвимы, тяжело переносят обиды, огорчения, хотя внешне все эти переживания у них выражаются слабо.

Психологи установили, что слабость нервной системы не является отрицательным свойством. Сильная нервная система более успешно справляется с одними жизненными задачами, а слабая – с другими. Следует помнить, что деление людей на четыре вида темперамента очень условно. Существуют переходные, смешанные, промежуточные типы темперамента; часто в темпераменте человека соединяются черты разных темпераментов.

«Чистые» темпераменты встречаются относительно редко. С точки зрения психологии четыре темперамента — лишь одна из возможных систем для оценки психологических особенностей (существуют и другие, например типы Юнга, «интроверсия — экстраверсия» Ганса Айзенка). Описания темпераментов довольно сильно различаются у различных психологов и, по-

видимому, включают в себя достаточно большое количество факторов. Предпринимались попытки подвести научно-экспериментальную базу под теорию темпераментов (И. П. Павлов, Г. Ю. Айзенк, Б. М. Теплов и другие), однако результаты, полученные данными исследователями, лишь частично совместимы друг с другом. Т. А. Блюминой (1996) предпринята попытка сопоставить теорию темпераментов со всеми известными на тот момент (более 100) психологическими типологиями, в том числе с точки зрения методов определения данных типов. В целом, классификация по темпераментам не удовлетворяет современным требованиям к факторному анализу личности и в настоящий момент интересна скорее с исторической точки зрения.

Современная наука видит в учении о темпераментах отголосок ещё античной классификации четырёх типов психического реагирования в сочетании с интуитивно подмеченными типами физиологических и биохимических реакций индивида.

В настоящее время концепцию четырёх темпераментов подкрепляют понятиями «торможение» и «возбуждение» нервной системы. Соотношение «высокого» и «низкого» уровней, для каждого из этих двух независимых параметров, даёт некую индивидуальную характеристику человека, и, как результат — формальное определение каждого из четырёх темпераментов.

Особенности темперамента проявляются прежде всего в особенностях использования способов работы. Индивидуальный стиль деятельности производится и отрабатывается, если человек активно ищет приемы и средства, которые помогут достичь наилучших результатов. Так, индивидуальный стиль деятельности ярче проявляется у творческих людей, мастеров своего дела, так как для творческой личности характерна индивидуализация приемов работы.

Среди выдающихся людей встречаются представители различных типов темперамента. Только в художественной литературе встречаем холерика А. С. Пушкина, сангвиника А. И. Герцена, флегматика И. А. Гончарова, меланхолика Н. В. Гоголя, которые использовали такой режим и способы выполнения работ,

которые соответствовали индивидуальному темпераменту. Черты темперамента являются одной из предпосылок развития характера.

Таким образом, *тип нервной системы не является чем-то неизменным; это значит, что темперамент человека может меняться под влиянием условий жизни и деятельности. Особенности темперамента обусловлены не только природными свойствами нервной системы.* Они зависят от воздействий, которым непрерывно подвергается человек в течение своей жизни; они зависят от воспитания и обучения. Нередко темперамент меняется с возрастом.

*При любом типе высшей нервной деятельности, при любом темпераменте, возможно развить все общественно необходимые свойства личности.* Нельзя одни типы темперамента оценивать положительно, другие отрицательно. *Каждый темперамент имеет свои положительные и отрицательные стороны.* Если у холерика легче, чем у флегматика, выработать быстроту и энергию действий, то у флегматика легче, чем у холерика, выработать выдержку и хладнокровие. Живость и отзывчивость сангвиника, спокойствие и отсутствие торопливости флегматика, энергия холерика, глубина и устойчивость чувств меланхолика — все это примеры ценных качеств различных темпераментов.

#### **Библиографический список**

1. Теплов Б. М., Общая психология. Учебник для вузов. - 1985
2. Маклаков А. Г. Общая психология. Учебник для вузов. — Москва, Санкт-Петербург: изд. Питер, 2005

УДК 159.9.072.433

**Золотухина О.С. Деревянко Ю.П. Уровневые и структурные особенности переживания времени подростками, склонными к девиантному поведению**

**The features of time experience teenagers with a penchant for deviant behavior**

**Золотухина Ольга Сергеевна**

Белгородский государственный национальный исследовательский университет,  
г. Белгород

[Olga-Cornelia@ya.ru](mailto:Olga-Cornelia@ya.ru)

**Деревянко Юлия Петровна**

Белгородский государственный национальный исследовательский университет,  
г. Белгород

**Zolotukhina Olga Sergeevna**

Belgorod National Research University

**Derevjanko Julia Petrovna**

Belgorod National Research University

**Аннотация.** Статья посвящена изучению особенностей переживания времени в подростковом возрасте. Обоснована необходимость разработки проблем личностных особенностей подростков со склонностью к девиантному поведению с учетом особенностей структуры переживания времени. Анализируются уровневые и структурные особенности переживания времени подростков со склонностью к девиантному поведению.

**Abstract.** This article is dedicated to the study of time experience features in adolescence. Necessity of working out the problems of personal features teenagers with a penchant for deviant behavior taking into account the features of person's time experience. Level and structural features of valuable and sense formations of teenagers with a penchant for deviant behavior with different structure of time experience are analyzed.

**Ключевые слова / Key words:** переживание времени, девиантное поведение, напряженность времени, эмоциональное отношение к диапазону времени, ценностные ориентации, смысло-жизненные ориентации, time experience, deviant behavior, time intensity, the emotional relation to time range, valuable orientations, life-sense orientations.

Современный подросток в условиях высокой социальной динамики общественной жизни и неопределенных социальных изменений испытывает большие трудности в выборе стратегий конструктивного поведения и эффективного целеполагания. Известно, что сознательное формирование отношения личности к будущему начинается в подростковом возрасте [1]. Этот факт открывает большие возможности для профилактической и коррекционной работы с подростками, склонными к девиантному поведению, посредством развития компетентности во времени и ценностно-смысловой сферы. То, как подросток переживает время, определяет его способность абстрагироваться от дискретного восприятия жизненного пути и увидеть свою жизнь целостной. Кроник А.А. и Головаха Е.И. под переживанием времени, сущностной характеристикой которого является качественное упорядочивание жизненных

событий, понимают отражение в психике системы временных отношений между событиями жизненного пути [3]. Изучение качества упорядочивания личностью собственных жизненных событий, по мнению Ю.П. Деревянко, требует обращения к смысложизненным образованиям личности [2]. В нашем исследовании мы предприняли попытку расширить существующие в психологической науке представления об особенностях переживания времени подростками со склонностью к девиантному поведению. В частности, мы обратились к описанию уровневых и структурных особенностей переживания времени.

Изучение свойств переживания времени подростками проводилось с помощью теста «Временной семантический дифференциал» (О.Н. Кузнецов и др.). Склонность к девиантному поведению изучалась с помощью методики «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел). Особенности ценностно-смысловой сферы изучались с помощью теста «Смысложизненные ориентации» (Д.А. Леонтьев). Нами изучались подростки, находящиеся в «Областном социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних».

По результатам методики «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» нами установлено, что 29% подростков имеют склонность к агрессии, что свидетельствует об агрессивной направленности личности во взаимоотношениях с другими людьми, о склонности решать проблемы посредством насилия, о тенденции использовать унижение партнера по общению как средство стабилизации самооценки. Выявлено, что 23% испытуемых склонны к преодолению норм и правил. Такие подростки склонны противопоставлять собственные нормы и ценности групповым, искать трудности, которые можно было бы преодолеть. Установлено, что 19% подростков имеют склонность к аддиктивному поведению, что свидетельствует о предрасположенности испытуемых к уходу от реальности посредством изменения своего психического состояния, о склонностях к иллюзорно-

компенсаторному способу решения личностных проблем. Среди испытуемых 16% склонны к самоповреждающему поведению, что говорит о низкой ценности собственной жизни, склонности к риску, выраженной потребности в острых ощущениях. Выявлено, что 13% испытуемых склонны к делинквентному поведению, что характеризует таких подростков как имеющих предрасположенность к реализации отклоняющегося поведения, связанного с нарушением правовых и нравственных норм, и свидетельствует о низком уровне социального контроля.

При оценке прошедшего времени получены отрицательные показатели по факторам: «Активность времени», показывающий степень напряженности, активности, плотности, стремительности и изменчивости времени; «Эмоциональная окраска времени», выражающий удовлетворенность своим оцениваемым временем; «Величина времени», отражающий косвенно общий мотивационный потенциал и эмоциональное состояние испытуемых; «Структура времени», свидетельствующий о развитии ритмичности, обратимости, непрерывности и неделимости познавательной структуры времени у испытуемых; «Ощущаемость времени», отражающий степень реальности, близости, общности и открытости психологического времени. Результаты свидетельствует о том, что прошедшее время для подростков, склонных к девиантному поведению, носит отрицательный характер. События жизни переживаются ими пассивно, как тревожные, необратимые и застывшие. Прошедшее время для таких подростков пустое, неритмичное, прерывистое и замкнутое. Жизнь представляется им тусклой, печальной, непонятной и плоской. Низкие показатели по шкале «Результативность жизни» (СЖО), отражающей оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть, свидетельствуют о том, что для испытуемых характерна неудовлетворенность прожитой частью жизни.

При оценке настоящего времени получены положительные показатели по факторам: «Активность времени»; «Эмоциональная окраска времени»;

«Величина времени»; «Структура времени»; «Ощущаемость времени». Результаты свидетельствуют о том, что в целом настоящее время переживается такими подростками как радостное, широкое, глубокое и светлое. События жизни представляются объемными, яркими и длительными, что можно объяснить пребыванием подростков в среде сверстников, вне неблагополучных семей и наличием в коррекционной программе социально-реабилитационного центра научно-популярных мероприятий. Высокие показатели по шкале «Процесс жизни», свидетельствующей о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, говорят о том, что в настоящем такие подростки удовлетворены своей жизнью. Но, стоит отметить, что чем значительнее становится тревожная ситуация (например, возвращение в неблагополучную семью), тем более велик риск возникновения готовности к реализации саморазрушающего поведения, а именно: тенденции к соматизации тревоги и склонности к реализации комплексов вины в поведенческих реакциях. Это подтверждается стремлением таких подростков повторно обращаться в социально-реабилитационный центр. Испытуемые, которые характеризуются неверием в свои силы контролировать события собственной жизни, более склонны к аддиктивному поведению.

При оценке будущего времени также получены положительные показатели по факторам: «Активность времени»; «Эмоциональная окраска времени»; «Величина времени»; «Структура времени»; «Ощущаемость времени». Результаты свидетельствуют о том, что будущее время переживается как реальное и близкое. События будущей жизни представляются как объемные и активные. Высокие показатели по шкале «Цели в жизни», характеризующей наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу, свидетельствуют о том, что у таких подростков имеются определенные представления о предстоящих событиях и деятельности в отношении будущего.

Стоит отметить, что полученные данные могут характеризовать не только целеустремленность человека, но и планы, не имеющие реальной опоры в настоящем и не подкрепляющиеся личной ответственностью за их реализацию, что может быть свойственно подростковому возрасту. В свою очередь, напряженность и изменчивость настоящего и будущего времени связана с готовностью к реализации делинквентного и самоповреждающего поведения.

В результате анализа структуры переживания времени подростков, склонных к девиантному поведению, было установлено, что структура переживания времени включает в себя несколько ядер, основными составляющими которых являются: структура будущего времени, активность настоящего времени и величина прошедшего времени. Структура переживания времени подростков, склонных к девиантному поведению открытая и несформированная. Она почти не имеет замкнутых связей, что свидетельствует о неустойчивости и динамичности и говорит о том, что данная структура в любой момент может измениться. Этот факт, с одной стороны открывает широкие возможности для коррекционной работы с девиантными подростками, а с другой – объясняет риски развития девиаций в подростковой среде. В качестве рекомендации по оптимизации переживания времени у подростков, склонных к девиантному поведению можно предложить использовать целый арсенал техник: известные психотехники проработки жизненной стратегии и прояснения временной перспективы будущего; интерпретация эмоционального состояния, собственно самофутурирования, пересмотра прошлых принятых решений, репетиции будущего в рамках ролевой игры, планирование временной организации будущей деятельности [4].

#### **Библиографический список**

1. Белановская О.В. Временная перспектива жизненных планов в юношестве [Текст] / О.В. Белановская // Проблемы социальной психологии личности. – Саратов: Изд-во Сарат. ун-та, Вып. 1. – 2004. – С.78–88.
2. Деревянко Ю.П. Смыслоразнозначные ориентации студентов с разной

структурой переживания времени [Текст] / Ю.П. Деревянко // Научные ведомости Белгородского государственного университета. – 2011. – №18. – С.311-316.

3. Кроник А.А., Головаха Е.И. Психологическое время личности / А.А. Кроник, Е.И. Головаха. – Киев.: Наукова думка, 1984. – 209 с.
4. Хомик В.С. Психотерапия, ориентированная на реконструкцию будущего // Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути / под ред. А.А. Кроник. – М., 1993. – 232с.

УДК 159.9.072.432

## **Таллибулина М.Т. Личностный портрет счастливого человека**

### **Personality portrait of a happy man**

**Таллибулина Марина Тимергалиевна**

Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Пермь  
[tall-marina@mail.ru](mailto:tall-marina@mail.ru)

**Tallibulina Marina Timergalievna**

Perm state humanitarian pedagogical University, Perm

**Аннотация.** В статье представлены результаты эмпирического исследования личностных черт молодых людей, ощущающих себя счастливыми. Показано, что счастливых людей отличает оптимизм, конгруэнтность и здоровое чувство безопасности (вера в себя, в других и мир в целом). При этом нет значимых отличий по параметрам удовлетворенности и самоактуализации.

**Abstract.** The article presents the results of empirical research of personality traits of young people who feel happy. It is shown that happy people are distinguished by optimism, congruence and a healthy sense of security (faith in yourself, in others and the world in General). No significant differences in the parameters of satisfaction and self-actualization.

**Ключевые слова / Keywords:** счастье, оптимизм, экзистенциальная исполненность, психологическое благополучие, самоактуализация, happiness, optimism, existential filling, psychological well-being, self-actualization

Появившись как направление в психологических исследованиях во второй половине XX века, под влиянием работ гуманистически ориентированных психологов (А. Маслоу, Р. Мэй, Г. Олпорт, Э. Эриксон, К. Роджерс, В. Франкл и др.), психология счастья получила свое распространение лишь в конце 1990-х годов благодаря позитивной психологии (М. Селигман,

Дж. Вейланат, Д.-Г. Майерс, Э. Динер, М. Чиксентмихайли и др.).

М. Аргайл отмечал, что счастье понимается и как состояние человека, которое соответствует наибольшей удовлетворенности условиями своего бытия, полноте и осмысленности жизни, осуществлению своего человеческого назначения, и как осознание человеком удовлетворенности своей жизнью, и как частота и интенсивность позитивных эмоций [1].

При этом, по мнению М. Аргайла существует три концепции счастья: физиологическая (счастье переживается человеком при высокой концентрации в организме серотонина, дофамина, эндорфинов и др., выработка которых связана с физиологическими наслаждениями, в которых задействованы рецепторы: вкусная еда, занятия спортом, свежий воздух и др.); коммуникативная (в общении и благоприятных отношениях с близкими, значимыми людьми, когда человек влюблен, имеет друзей, он испытывает счастье); потребностная (счастье порождается удовлетворением важных для человека потребностей; так, например, достаточно распространены исследования «счастливых стран» на основе изучения индекса счастья, отражающего благосостояние людей и состояние окружающей среды в разных странах мира [1]. Такие подходы к пониманию счастья можно обозначить как достаточно утилитарные, где «теряется» сам человек – мыслящий, ответственный, активный – субъект своей жизни.

В своем исследовании В.И. Меренков выделяет две концепции счастья [5]. В одной из них счастье – это характеристика субъекта жизни как целостности, которая представлена сложной эмоционально-когнитивной структурой, фон которой составляют соотнесенные позитивные и негативные чувства и переживания человека (такое понимание счастья представлено в трудах И.А. Джидарьян, Т.А. Гребенщиковой, А.З. Шапиро). Вторая концепция счастья базируется на теории переживаний человека (эмоции, чувства, аффекты), где счастье включает в себя удовлетворенность жизнью в целом или отдельной сферой жизнедеятельности (М. Аргайл, В.И. Меренков).

Выделенные концепции счастья, несмотря на определенную разницу в интерпретации феномена счастья, достаточно схожи, что позволяет заключить следующее.

В целом, *счастье* можно определить как психологический феномен, характеризующийся осмысленностью жизнедеятельности человека, доминированием позитивного эмоционального состояния, целостным восприятием времени, положительным отношением к себе и окружающему миру. Таким образом, рассмотреть счастье как психологический феномен можно с точки зрения трех основных позиций: как *ценность* (цель или результат деятельности), как *позитивное аффективное состояние* и как *удовлетворенность жизнью* [2].

Рассматривая структуру счастья, многие исследователи выделяют два компонента: когнитивный и аффективный (Т.Н. Савченко, Г.М. Головина, И.А. Джидарьян, Г.М. Зараковский, Л.В. Куликов).

Когнитивный компонент счастья характеризуется целостной относительно непротиворечивой картиной мира субъекта, пониманием текущей жизненной ситуации, смыслами и ценностями. Эмоциональный (аффективный) компонент счастья представлен переживаниями, чувствами, настроениями, которые обусловлены успешным (или неуспешным) функционированием всех сфер личности.

Многообразие определений понятия счастья порождает и многообразие взглядов на проблему выделения факторов, влияющих на достижение счастья. Представления о детерминантах счастья исследуются двумя путями: 1) путем изучения влияния на счастье отдельных факторов — работы, учебы, семейных отношений; 2) путем исследования влияния на уровень выраженности счастья личностных характеристик.

Другими словами, многообразие факторов и детерминант удовлетворенности человека своей жизнью позволяет выделить, прежде всего, два аспекта: их «объективность» и «субъективность». При этом объективные

факторы и детерминанты включают в себя все те сферы жизнедеятельности человека, которые характеризуют его социальную жизнь, социальные условия существования. Субъективные факторы и детерминанты включают все многообразие индивидуально-психологических особенностей человека и отражают аспект его индивидуального, личностного, социально-психологического и ценностно-смыслового вклада в собственное благополучие.

Однако в настоящее время объективистское понимание счастья постепенно стало уступать место субъективистскому: только сам человек может сказать, счастлив он или нет, испытывает ли он удовлетворенность от своей жизни. При таком понимании обладание благами важно для счастья (ибо, не имея никаких благ, трудно быть счастливым), но отнюдь его не гарантирует. Все зависит от чувства, реакции, отношения к этим благам, т.е. от личностных особенностей того или иного человека.

Таким образом, на смену объективному критерию пришел субъективный: главное – личность самого человека, его чувства, мысли и отношения, а объективные обстоятельства хотя и играют в этом определенную роль, но не решающую.

Задача нашего эмпирического исследования состояла в выявлении личностных особенностей людей, считающих себя «счастливыми».

В эмпирической части исследования приняли участие 160 человек: 80 девушек и 80 юношей, в возрасте 25-35 лет. Данный возрастной диапазон относится к периоду *молодости*.

Для этого возраста характерно оптимальное сочетание психологических, физиологических, социальных и других факторов, благоприятствующих всестороннему развитию человека. Молодые люди полны сил, энергии и желания осуществить свои цели и идеалы. В молодости наиболее доступны самые сложные виды профессиональной деятельности, наиболее полно и интенсивно происходит общение, наиболее легко устанавливаются и наиболее полно развиваются отношения дружбы и любви. Молодость считается

оптимальным временем для самореализации и создания семьи. Именно поэтому нами был выбран данный возрастной диапазон для исследования психологических особенностей счастливого человека.

Также важно отметить, что выборка респондентов ограничена только возрастом, так как целью нашего исследования было изучение специфики переживания молодыми людьми состояния счастья, независимо от того, какую профессию они выбрали, каким социальным и семейным статусом обладают, в каком городе живут и т.д.

Использовались следующие диагностические методики:

- «субъективная шкала счастья С. Любомирски» (в адаптации Д.А. Леонтьева);
- адаптированная русскоязычная версия «Шкалы экзистенции» А. Лэнгле и К. Орглер, разработанная С.В. Кривцовой;
- адаптированный русскоязычный опросник «Шкала психологического благополучия» (ШПБ), разработанный П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой;
- «модифицированный опросник диагностики самоактуализации личности (САМОАЛ)», разработанный и адаптированный Н.Ф. Калиной и А.В. Лазукиным;
- опросник «Стили объяснения успеха и неудач», разработанный Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осиным, В.Я. Шевяховой;
- адаптированная русскоязычная версия «Шкалы базовых убеждений» Р. Янова-Бульмана, в адаптации О. Кравцовой.

По результатам t-критерия Стьюдента было выявлено, что счастливых людей отличает *оптимизм*, т.е. склонность фокусировать свое внимание на положительной стороне бытия, а также умение видеть желаемые цели достижимыми и прилагать все усилия для их реализации, даже если это дается с трудом; *здоровое чувство безопасности*, т.е. вера человека в то, что в мире больше добра, чем зла, что люди в большинстве своем хорошие и им можно доверять, что важно верить в себя, в свою нужность, важность и в соответствии

с этими представлениями выстраивать свое поведение; *экзистенциальная исполненность*, которая показывает, много ли осмысленного в моей жизни, как часто я живу с внутренним согласием, соответствуют ли сущности мои решения и поступки. Интересно, что не обнаружено различий между счастливыми и несчастливыми людьми по параметрам психологического благополучия и самоактуализации. Получается, что даже будучи благополучной и самоактуализирующейся личностью, можно не испытывать счастья.

Данные корреляционного анализа позволили описать значимые взаимосвязи между параметрами личности и уровнем ощущения счастья.

а) Были выявлены взаимосвязи между уровнем ощущения счастья и базовыми убеждениями человека. Полученные результаты представлены в Таблице 1.

Таблица 1.

Взаимосвязи между уровнем ощущения счастья и базовыми убеждениями личности

	<b>Уровень счастья</b>
<b>Благосклонность мира</b>	<b>0,54</b>
<b>Доброта людей</b>	<b>0,42</b>
Справедливость мира	0,25
Контролируемость мира	0,20
Случайность	-0,04
<b>Ценность своего Я</b>	<b>0,35</b>
<b>Степень самоконтроля</b>	<b>0,34</b>
<b>Степень удачи</b>	<b>0,39</b>
<b>Общая благосклонность мира</b>	<b>0,43</b>
Отношение к осмысленности	0,08
<b>Собственная ценность</b>	<b>0,45</b>

Итак, показатели *благосклонности* ( $r=0,54$ ) и *доброты мира* ( $r=0,42$ ), *ценности своего Я* ( $r=0,35$ ), *степени самоконтроля* ( $r=0,34$ ) и *удачи* ( $r=0,39$ ), а также *общей благосклонности мира* ( $r=0,43$ ) и *собственной ценности* ( $r=0,45$ )

имеют прямые связи с уровнем счастья, что говорит о важности веры счастливого человека в себя, в других людей и в целый мир, т.е. чувство психологической безопасности. Если человек убежден в своей собственной ценности, важности и нужности, он будет также относиться к другим людям и к миру в целом.

б) Были выявлены взаимосвязи между уровнем ощущения счастья и атрибутивным стилем личности. Полученные результаты представлены в Таблице 2.

Показатели *стабильности* ( $r=0,47$ ), *глобальности* ( $r=0,53$ ), *оптимизма в ситуациях успеха* ( $r=0,41$ ), *в ситуациях неудач* ( $r=0,51$ ), *в ситуациях достижения* ( $r=0,45$ ), *в межличностных ситуациях* ( $r=0,52$ ) и *общий показатель оптимизма* ( $r=0,56$ ) имеют прямые связи с уровнем счастья, это означает, что счастливая молодежь обладает *оптимистическим атрибутивным стилем*, когда люди придерживаются конкретного и временного стиля объяснения своих неудач и обобщенного, постоянного стиля объяснения своих успехов (они верят, что происходящее подвластно их влиянию). Такие люди характеризуются жизнестойкостью, склонностью к настойчивости и активному преодолению трудностей.

Таблица 2.

Взаимосвязи между уровнем ощущения счастья и атрибутивным стилем личности

	<b>Уровень счастья</b>
<b>Стабильность</b>	<b>0,47</b>
<b>Глобальность</b>	<b>0,53</b>
Контроль	0,19
<b>Оптимизм в ситуациях успеха</b>	<b>0,41</b>
<b>Оптимизм в ситуациях неудач</b>	<b>0,51</b>
<b>Оптимизм в ситуациях достижения</b>	<b>0,45</b>
<b>Оптимизм в межличностных ситуациях</b>	<b>0,52</b>

<b>ях</b>	
<b>Общий показатель оптимизма</b>	<b>0,56</b>

в) Были выявлены взаимосвязи между уровнем ощущения счастья и экзистенциальной исполненностью. Полученные результаты представлены в Таблице 3.

Таблица 3.

Взаимосвязи между уровнем ощущения счастья и экзистенциальной исполненностью

	<b>Уровень счастья</b>
Самодистанцирование	0,13
Самотранценденция	0,23
<b>Свобода</b>	<b>0,37</b>
<b>Ответственность</b>	<b>0,36</b>
Персональность	0,22
<b>Экзистенциальность</b>	<b>0,34</b>
<b>Общий показатель</b>	<b>0,37</b>

Показатели *свободы* ( $r=0,37$ ), *ответственности* ( $r=0,36$ ), *экзистенциальности* ( $r=0,34$ ) и *общего показателя экзистенции* ( $r=0,37$ ) имеют прямые связи с уровнем счастья, это говорит о потребности счастливого человека в смысле жизни (в осознании своих потребностей, желаний, целей, ценностей), а также в конгруэнтности отношений с миром, другими и самим собой.

г) Были выявлены взаимосвязи между уровнем ощущения счастья и самоактуализацией личности. Полученные результаты представлены в Таблице 4.

Показатели *аутосимпатии* ( $r=0,36$ ) и *контактности* ( $r=0,37$ ) имеют прямые связи с уровнем счастья, и это значит, что счастливым человека делает положительно-осознанное отношение к себе и способность устанавливать полезные, приятные контакты с окружающими.

Таблица 4.

Взаимосвязи между уровнем ощущения счастья с самоактуализацией личности

	<b>Уровень счастья</b>
Ориентация во времени	0,09
Ценности	0,14
Взгляд на природу человека	0,09
Потребность в познании	0,14
Креативность	-0,03
Автономность	0,19
Спонтанность	0,21
Самопонимание	0,11
<b>Аутосимпатия</b>	<b>0,36</b>
<b>Контактность</b>	<b>0,37</b>
Гибкость в общении	0,12

Таким образом, чем ярче у человека выражено ощущение счастья, тем сильнее развито здоровое чувство безопасности, т.е. он более любящий и верящий в себя, способный верить (доверять) и любить других людей и мир в целом. Такой человек в большей степени осознает, что не обязательно контролировать других людей и целый мир, достаточно контролировать себя самого, творить добро и мир ответит тебе тем же. Они более оптимистичны: с улыбкой оборачиваются в свое прошлое, с радостью смотрят на настоящее и с готовностью творят будущее, активно преодолевают препятствия, воспринимая их как трудные, но интересные задачи, которые необходимо разрешать, а не как угрозу и опасность. Они сильнее осознают ценность своей жизни и выстраивают с миром конгруэнтные, взаимно полезные отношения. При этом как оказалось, для того чтобы переживать состояние счастья совсем необязательно быть более психологически благополучной или самоактуализирующейся личностью.

Кроме того, обнаружено, что степень выраженности ощущения счастья у девушек и юношей коррелируют с основными параметрами и качествами, соответствующими типичной традиционной мужской и женской модели поведения. Полученные результаты представлены в Таблице 5.

Так, для юношей это *сдержанность эмоций*, о чем свидетельствует

сравнительно малый диапазон переживаемых ими состояний счастья и несчастья (превалируют средние значения), *ригидность поведения*, которая выражается в склонности юношей обобщать события, приводящие или не приводящие к успеху, *независимость*, т.е. способность противостоять социальному давлению в своих мыслях и поступках, возможность регулировать собственное поведение и оценивать себя, исходя из собственных норм поведения, принципов, стандартов, а также собственная самооценка, важность и нужность, *оптимизм*, т.е. уверенность в достижении более полного счастья как в настоящем, так и в будущем, умение видеть желаемые цели как достижимые и продолжать прилагать усилия ради реализации этих целей, даже когда прогресс идет медленно или трудно.

Таблица 5.

Особенности взаимосвязей параметров личности с уровнем ощущения счастья у девушек и юношей

	Уровень счастья	
	Девушки	Юноши
Оптимизм в ситуациях успеха (Е. Осин)	0,19	<b>0,46</b>
Оптимизм в ситуациях неудач (Е. Осин)	0,14	<b>0,53</b>
Оптимизм в ситуациях дост-ия (Е. Осин)	0,18	<b>0,55</b>
Оптимизм в межличн-х ситуациях (Е. Осин)	0,29	<b>0,41</b>
Общий показатель оптимизма (Е. Осин)	0,33	<b>0,44</b>
Благосклонность мира (О. Кравцова)	<b>0,74</b>	0,28
Доброта людей (О. Кравцова)	<b>0,51</b>	0,26
Справедливость мира (О. Кравцова)	<b>0,56</b>	-0,25
Контролируемость мира (О. Кравцова)	<b>0,44</b>	-0,13
Ценность своего Я (О. Кравцова)	<b>0,42</b>	0,21
Степень самоконтроля (О. Кравцова)	<b>0,66</b>	-0,07
Степень удачи (О. Кравцова)	<b>0,51</b>	0,29
Общая благосклонность мира (О. Кравцова)	<b>0,47</b>	0,29
Собственная ценность (О. Кравцова)	<b>0,37</b>	<b>0,54</b>
Свобода (А. Лэнгле, К. Орглер)	<b>0,47</b>	0,24
Ответственность (А. Лэнгле, К. Орглер)	<b>0,42</b>	0,02
Экзистенциальность (А. Лэнгле, К. Орглер)	<b>0,48</b>	0,13
Автономия (К. Рифф)	-0,13	<b>0,46</b>
Аутосимпатия (Н. Ф. Калина)	0,02	<b>0,56</b>

Для девушек же это сверхчувствительность, эмоциональность, приверженность страстям, о чем говорит (в противоположность юношам) широкий диапазон переживаемых ими состояний счастья и несчастья, т.е. в той ситуации, когда девушка почувствует себя счастливой, юноша просто улыбнется и останется относительно спокойным, а когда девушка будет чувствовать себя самой несчастной на свете, юноша огорчится и начнет искать выход, а также девушки в большей степени верят в лучшее, в будущее, в себя, в других людей и в целый мир, они доверяют людям и считают, что мир прекрасен и доброжелателен, они могут быть не уверены и сомневаться, обижаться, но продолжают верить. На основе этой бескорыстной веры в мир девушки вступают в конгруэнтные отношения с ним через внутреннее согласие, когда решения принимаются в соответствии с сущностью человека, с возможностью вносить хорошее в жизнь, развиваясь при этом самой.

#### **Библиографический список**

1. Аргайл М. Психология счастья. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2003. — 270 с.
2. Виничук Н.В. Психосемантический анализ представлений о счастье китайских и российский студентов. Автореф. дис. канд-та психол. наук: 19.00.01. — Хабаровск: Дальневост. гос. ун-т путей сообщ., 2008. — 24 с.
3. Джидарьян И.А. Представление о счастье в российском менталитете. — СПб.: Алетейя, 2001. — 242 с.
4. Джидарьян И.А. Счастье и удовлетворенность жизнью в русском обществе // Российский менталитет: вопросы психологической теории и практики / под ред. К.А. Абульхановой, А.В. Брушлинского, М.И. Воловиковой. — М.: ИП РАН, 1997. — С. 187-224.
5. Меренков В.И. Счастье и смысл жизни: соотношенность и взаимовлияние // Методы исследования психологических структур и их динамики: вып. 5: Субъективное качество жизни / под ред. Т.Н. Савченко, Г.М Головиной. — М.: Институт психологии РАН, 2010. — С. 171-187.

**Ежкова Н.С., Трухина Н.М. Проблема развития творческого воображения дошкольников**

**The problem of development of creative the imagination of preschool children**

**Ежкова Нина Сергеевна**

ФГБОУ ВПО «ТГПУ им.Л.Н.Толстого»

[egkovanc@mail.ru](mailto:egkovanc@mail.ru)

**Ezhkova Nina Sergeevna**

Lev Tolstoy Pedagogical University

**Трухина Надежда Марзагалиевна**

ФГБОУ ВПО «ТГПУ им.Л.Н.Толстого»

[nadechka-kir@mail.ru](mailto:nadechka-kir@mail.ru)

**Trukhina Nadia Murzagaliyevna**

Lev Tolstoy Pedagogical University

**Аннотация.** В статье дается понятие творческого воображения, анализируются взгляды педагогов и психологов на процесс формирования творческого воображения у дошкольников, рассматриваются факторы и условия, способствующие формированию и развитию творческого воображения у детей дошкольного возраста.

**Abstract.** The article introduces the notion of the creative imagination, examines the views of teachers and psychologists in the process of formation of creative imagination in preschool children, and examines the factors and conditions contributing to the formation and development of creative imagination in children of preschool age.

**Ключевые слова / Keywords:** воображение, творческое воображение, образ, творческая деятельность, педагогические условия, дошкольный возраст, imagination, creative imagination, image, creative activity, pedagogical conditions of preschool age.

Проблема развития творческого воображения очень широка и многогранна. Ее изучением занимались многие ученые, педагоги и психологи как зарубежные, так и отечественные. Вопросы становления творческого воображения и его развития рассматривалось в разных аспектах. Так, например, Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, В.В. Давыдов, Н. Я Михайленко и другие считают, что творческое воображение возникает и развивается в игре. Н.П. Сакулина, О.М. Дьяченко, Л. А. Парамонова, Т.Г. Казакова, Т. С. Комарова и другие изучали процесс развития воображения в изобразительной деятельности. В работах же Е.Е. Кравцовой, Е.М. Гаспаровой, С.Л. Новоселовой процесс возникновения и развития воображения рассматривается

в театральной деятельности.

Воображение, как процесс, связано с созданием образов, их превращением и возникновением на их основе новых. Воображение неотъемлемо связано с индивидуальными особенностями психики. Различают несколько видов воображения. По степени активности воображение делится на пассивное, то есть не стимулирует человека к деятельности (грезы, мечты, сновидения и т.д.) и активное – создание образов, которые в последствие реализуются в практической деятельности человека. Активное воображение, в зависимости от решаемых задач делится: воссоздающее, антиципирующее и творческое. Отличие творческого воображения от других видов заключается в создании новых образов в процессе творческой деятельности. Творческое воображение есть высшая психическая функция, которая присуща только человеку. Оно возникает и развивается в творческой деятельности не спонтанно и в своем развитии подчиняется закону развития психических функций. Развитие творческого воображения происходит ступенчато, в несколько этапов от произвольного – к произвольному, от пассивного – к активному, творческому.

Особое внимание развитию творческого воображения необходимо уделять в дошкольном возрасте, так как этот период является наиболее благоприятным. В дошкольном возрасте начинают проявляться индивидуальные особенности воображения. Продуктивность образов может изменяться в зависимости от представляемого материала. К индивидуальным характеристикам образов относятся их самобытность, оригинальность содержания, оформления деталей, неповторимость структурирования и др.

Ребенок должен уметь представить себе образ создаваемого объекта и сохранять его до завершения своей деятельности. Однако не всякая продуктивная деятельность ребенка, является творческой. Л. А. Парамонова выделила показатели детского творчества: новизна результата; оригинальность; вариативность решений; познавательная активность;

эмоциональные проявления в процессе деятельности. Причем познавательная активность здесь понимается как детское экспериментирование, то есть обнаружение свойств предметов (цвет, форма, размер, вес, фактура) и поиск новых способов их использования для решения творческих задач. К эмоциональным проявлениям относится интерес детей к деятельности, увлеченность процессом деятельности, погружение в игровую ситуацию при создании образа.

Важно подчеркнуть роль личного опыта детей. Содержание личного опыта, который ещё называется, как жизненный опыт, образует, всё, что имеет для ребёнка жизненно важный смысл и принято им на эмоционально-пристрастном уровне. Основываясь на исследованиях психологов и педагогов о структуре и источниках жизненного опыта, выделим единицы, спонтанно складывающегося опыта, к которому целесообразно обращаться и актуализировать в процессе развития творческого воображения. В него входят три составляющие: 1 - рефлексивные представления, сформировавшиеся в ходе восприятия явлений окружающего мира и собственных эмпирических обобщений; 2 - освоенные способы действий, поведения, виды деятельности; 3 - опыт отношений с социальным и природным миром, носящий для ребёнка ценностный смысл. В дошкольном возрасте жизненный опыт носит образное содержание, его основу составляют ранее пережитые события, явления, факты, интериоризированные в субъективно окрашенные образы.

Творческое воображение имеет склонность к постепенному угасанию, и игнорирование его огромнейших возможностей приводит к невозполнимым утратам в развитии детей дошкольного возраста. Для стимуляции развития творческого воображения необходимо создавать педагогические условия: 1 -

Предоставление свободы действий с разнообразными материалами при одновременном обогащении представлениями об их свойствах и способах действий; 2 - Пробуждение переживаний, различных эмоций в процессе образной самореализации; 3 - Организация социокультурной образовательной

среды, обогащающей образное мировосприятие, творческую активность детей;

4 - Ознакомление с изобразительным искусством, художественной литературой, слушание музыкальных произведений и др.

Успешность становления и развития творческого воображения у дошкольников в образовательном процессе дошкольных организаций зависит - от своевременной диагностики, что предполагает содержательное описание субъективных детерминант, получение информации об индивидуальном своеобразии личности каждого ребёнка, их жизненном опыте;

- педагогической поддержки увлеченности детей, их потребности в самоутверждении: предоставление возможности предъявлять своё конкретное «Я» сверстникам, другим людям;

- условий, обеспечивающих свободную самореализацию каждого ребёнка в разных видах деятельности, особенно поисково-исследовательской и творческой направленности;

- развития самооценки детей на основе оценки педагогом результатов деятельности, способов их поведения;

- характера взаимодействия педагога с детьми, организации общения, которое закрепляет за каждым ребёнком статус соучастника, поддерживает неповторимую индивидуальность, личностную активность, ориентацию на успех. К приоритетным относятся диалоговые формы общения, доверительный характер взаимодействия, партнёрские отношения, т.п.

### **Библиографический список**

1. Выготский, Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Психол. очерк: Кн. для учителя. - 3-е изд. /Л.С.Выготский. - М.: Просвещение, 1991. - 94 с.
2. Дьяченко, О.М. Воображение дошкольника. /О.М.Дьяченко. – М.: Знание, 1986 – 96 с.
3. Ежкова, Н.С. Образование дошкольников с позиции возрастных ценностей. /Н. С. Ежкова. //Дошкольное воспитание. – 2007. – № 4. – С. 6–9.

4. Ежкова, Н.С. Художественная литература как средство обогащения эмоциональной культуры детей дошкольного возраста. / Н.С.Ежкова. //Дошкольная педагогика. - 2012. - № 4. - С.25-28.
5. Синельников, В. Исследование воображения и творчества детей дошкольного возраста в зарубежной психологии. /В.Синельников. // Дошкольное воспитание. - 1993. - №10. - с.84-86.

## МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.9:61

### **Локтева А.В. Особенности образа Я у современных подростков, злоупотребляющих алкоголем**

#### **Features of self-image adolescents with alcohol dependence**

**Локтева Анна Владимировна**

Белгородский государственный национальный исследовательский университет,  
г. Белгород

[anechka121212@rambler.ru](mailto:anechka121212@rambler.ru)

**Lokteva Anna Vladimirovna**

“Belgorod State National Research University”

**Аннотация.** Статья посвящена изучению особенностей формирования алкогольной зависимости в подростковом возрасте. Дается краткий обзор подходов к исследованию факторов алкогольной зависимости. Представлены описания психотравмирующих ситуаций и их последствий. Анализируются психогенные факторы алкоголизации подростков. Обоснована необходимость изучения проблемы формирования алкогольной зависимости в подростковом возрасте.

**Abstract.** The present article is devoted to the study of the peculiarities of alcohol dependence formation in adolescence. A brief overview of the approaches to the study of alcohol dependence factors is given. The descriptions of psychotraumatic situations and their consequences are presented. The author analyzes the factors of alcohol dependence formation in adolescence. The necessity of study of the problems of alcohol dependence formation in adolescence is theoretically substantiated.

**Ключевые слова / Keywords:** подростки, образ Я, отношения личности, алкогольное поведение, алкоголизация, дезадаптация, психопрофилактика, teenager, self-image, relations of the personality, alcoholic behavior, alcoholization, disadaptation, psychological prevention.

Подростковый возраст представляется переломным моментом в развитии личности, является критическим в связи с ключевыми задачами социализации, формированием самосознания. Происходящие в подростковом возрасте изменения характеризуются физиологическими, социальными, личностными и когнитивными преобразованиями. В этот период происходит физиологический сдвиг, связанный с процессами роста и завершением полового созревания подростка [7].

С.А. Кулаков определяет переходный возраст, как время перемен. Его начало отмечено биологическими изменениями, а завершение – социальными. На эти изменения подросток реагирует выработкой определенной системой запретов и предписаний на основе своих личностных особенностей и жизненного опыта [4].

Современные условия, социоэкономические и культуральные реалии делают подростка наиболее уязвимым в ситуации фрустрации и предъявляют повышенные требования к адаптационному потенциалу личности. Эффективность совладания с фрустрирующими ситуациями зависит от индивидуальных особенностей личности. В подростковом возрасте употребление алкоголя является поведенческим нарушением, которое можно корректировать с использованием медико-психологических средств. Алкоголь представляет наиболее широко используемое подростками психоактивное вещество. В ряде случаев употребления алкоголя ограничивается одним-двумя разами, а в некоторых случаях употребление становится постоянным, формируя зависимое поведение, и является источником неблагоприятных последствий.

А.А. Налчаджян определяет в качестве ведущих факторов, оказывающих влияние на адаптированность личности, «Я-концепцию» и ее подструктуры, в том числе ситуативные «Я-образы», которые являются комплексными мотивами и регуляторами поведения. Автор выдвигает предположение, что интегрированная и устойчивая «Я-концепция» является психологической основой, условием толерантности к фрустрации и свидетельствует о хорошей

социальной адаптированности личности вне зависимости от того, какое социальное положение она занимает в данный момент [5]. Невозможность адаптации к условиям жизни или в силу особой их травматичности для человека, или из-за индивидуально-психологических особенностей человека ведет к нарушениям функций организма на разных уровнях (психическом или соматическом), в таком случае можно говорить о дезадаптации и болезни [1, 2]. Важно отметить, что в подростковом возрасте еще не приобретены зрелые механизмы совладания со стрессовыми ситуациями и велик риск того, что наиболее простым способом совладания станет употребление алкоголя.

В комплексном психологическом исследовании приняли участие 184 человека (89 девушек и 95 юношей-подростков) в возрасте от 14 до 17 лет. В 1 группу (контрольную) были включены подростки, которые не имели опыта употребления алкогольных напитков (60 человек). Подростки, имеющие опыт употребления спиртных напитков, употребляющие их не регулярно, ситуационно составили вторую группу (64 подростка). Подростки, регулярно употребляющие алкоголь, испытывающие потребность алкоголизации, активно ищущие поводы и подходящие компании, были включены в 3 группу (60 человек). Для подростков этой группы употребление алкоголя носит характер донозологической формы заболевания, судить о сформированном алкоголизме нет достаточных оснований. В данную группу были включены подростки, употребляющие слабые алкогольные напитки в среднем 1 раз в неделю и чаще и/или крепкие алкогольные напитки - несколько раз в месяц (но не чаще 1 раза в неделю). Результаты, полученные с помощью клинико-психологического метода, уточнялись с помощью методик психологической диагностики: методика оценки значений понятий в семантическом пространстве - «Семантический дифференциал» (оцениваемые значения: «Я», «Я идеальный», «Я злюсь», «Я глазами родителей», «Я огорчен», «Я с друзьями», «Я идеальный с точки зрения родителей», «Мой друг») (Osgood С.Е.); методика анализа личностных отношений - «Незаконченные предложения» (Sachs J.M., Levy S.);

проективный метод исследования отношений личности - «Цветовой тест отношений» (Бажин Е.Ф.).

По результатам исследования выявили особенности самоотношения подростков при разных донологических формах алкоголизации. Для подростков, употребляющих алкоголь (2 и 3 группы), характерно переживание конфликтов в отношениях с самим собой. Подтверждение находим в результатах методики «Незаконченные предложения», согласно которым обнаружены достоверные различия среди подростков 2 и 3 групп по сравнению с подростками 1 группы ( $p=0,028$ ;  $p=0,000$  соответственно). Характерно, что искажение самоотношения усугубляется вместе с утяжелением формы алкоголизации, переходе от эпизодического к регулярному употреблению алкогольных напитков (сравнительная характеристика 2 и 3 групп ( $p=0,001$ )), что является следствием алкоголизации. Выявили динамику изменений эмоционально-оценочного компонента самоотношения под влиянием алкоголизации. По мере употребления алкоголя наблюдается более ярко выраженное негативное отношение при оценивании себя, что, безусловно, свидетельствует о наличии эмоционального напряжения.

Особенности самоотношения по результатам методики «Семантический дифференциал» указывают на то, что характерно расхождение в оценке образа «Я» среди подростков. Образ «Я» подростками 3 группы оценивается менее позитивно по сравнению с контрольной группой ( $p=0,001$ ). Можно сказать, что у подростков, которые систематически употребляют алкоголь, образ «Я» приобретает негативный характер. Он характеризуется как менее активный ( $p=0,037$ ). В самовосприятии подростков, систематически употребляющих алкоголь, преобладает переживание недостаточности, дефицита определенных личностных качеств. Подростки 2 группы образ «Я» оценивают более позитивно по сравнению с подростками 3 группы ( $p=0,000$ ), воспринимают себя более активными и энергичными ( $p=0,000$ ).

Для детального анализа особенностей семантической организации

значимых отношений личности нами рассчитывался показатель расстояний между стимульными понятиями: «Я идеальный», «Я злюсь», «Я глазами родителей», «Я огорчен», «Я с друзьями», «Я идеальный с точки зрения родителей», «Мой друг» и понятием «Я» так как это предполагает методика «Семантический дифференциал». По существующим представлениям именно это расстояние характеризует взаимосвязи значений стимульных понятий в трёхмерном семантическом пространстве испытуемого. Результаты проведенного исследования представлены в виде таблицы 1.

Таблица 1

Рассчитанные расстояния между значениями понятий в семантическом пространстве подростков (методика «Семантический дифференциал»)

Параметры	1 группа	2 группа	3 группа	1 и 2 группы (p*)	1 и 3 группы (p*)	2 и 3 группы (p*)
«Я»-«Я идеальный»	1,22	1,40	1,55	0,077	<b>0,004</b>	0,195
«Я»-«Я глазами родителей»	1,51	1,39	1,89	0,473	<b>0,017</b>	<b>0,002</b>
«Я»-«Я идеальный глазами родителей»	1,79	1,37	2,01	0,098	0,300	<b>0,000</b>
«Я»-«Я с друзьями»	1,53	1,54	1,83	0,877	0,154	0,171
«Я»-«мой друг»	1,52	1,73	1,96	0,479	<b>0,024</b>	0,104
«Я»-«Я злюсь»	2,03	2,87	2,48	<b>0,008</b>	0,081	0,622
«Я»-«Я огорчен»	1,93	2,76	2,37	<b>0,001</b>	<b>0,015</b>	0,309

Примечание: \* - достоверность различий между группами (устанавливалась при уровне значимости нулевой гипотезы по критерию Манна-Уитни,  $p \leq 0,05$ ).

Оценка перцептивных образов подростками 2 группы характеризуется следующими тенденциями: наиболее близкими к образу «Я» являются образы «Я идеальный глазами родителей» (1,37 ед.), «Я глазами родителей» (1,39 ед.), «Я идеальный» (1,40 ед.). Затем в семантическом пространстве по отношению к образу Я» располагается образ «Я с друзьями» (1,54 ед.). Несколько дальше от данного образа – образ «Мой друг» (1,73 ед.). На последнем месте по

удаленности от образа «Я» находятся образы «Я огорчен» (2,76 ед.), «Я злюсь» (2,37 ед.). Детальный анализ результатов исследования подростков 2 группы указывает на некую разобщенность, фрагментарность значений оцениваемых понятий, о чем свидетельствует увеличение расстояния в семантическом пространстве. Отметим, что образ «Я глазами родителей», «Я идеальный глазами родителей», «Я идеальный» являются рядоположенными, а идеальные ожидания родителей в большей степени соответствуют личностным качествам подростка, чем реально демонстрируемые поведенческие паттерны, т.к. расстояние между образом «Я» и «Я идеальный глазами родителей» меньше, чем расстояние между образом «Я» и «Я глазами родителей». Все это свидетельствует о подобии этих образов в самосознании подростка и несформированности рефлексии. Как следует из данных беседы, для подростков данной группы характерно явление социальной желательности, стремление показать себя в более выгодном свете, о чем указывает и соотношение образов «Я с друзьями» и «Мой друг»: расстояние «Я-Я с друзьями» меньше, чем расстояние «Я-мой друг».

Анализ результатов в 3 группе показал также фрагментарность системы значений в семантическом пространстве испытуемых. Об этом свидетельствуют большие расстояния между исследуемыми значениями «стимулов», даже в сравнении с таковыми у 2 группы. Так, образ «Я» и образ «Я идеальный» наиболее близки, далее по степени удаленности от образа «Я» располагаются образы «Я с друзьями», «Я глазами родителей» т.е. в интервале (1,83-1,89 ед.). Сравнивая эти результаты с показателями 1 группы, можно отметить, что в 1 группе эти образы более семантически близки. Далее по степени удаленности следуют образы «Мой друг», «Я идеальный глазами родителей», «Я огорчен», «Я злюсь». Такая картина значений в семантическом пространстве может рассматриваться как несформированность системы отношений личности и отсутствие рефлексии собственных переживаний, т.е. слабая интеграция «Я-концепции», рядоположенными являются как позитивно

окрашенные образы, так и негативно окрашенные. Факт удаленности образов «Я глазами родителей», «Я идеальный глазами родителей» можно интерпретировать как признак того, что мнение родителей не является для этих подростков авторитетным, а это – признак дисфункциональности детско-родительских отношений. Удаленность образа «Я с друзьями» от образа «Я» указывает, что в группе сверстников подросток эмоционально воспринимает себя иначе. Такие подростки предпочитают референтные группы, где употребление алкоголя является приемлемым. В этих группах они находят больше возможностей для самоутверждения, преодоления коммуникативных барьеров, эмоционального напряжения. Но подобный выбор препятствует нормальной социализации, подросток утрачивает возможность формирования адекватных социальных ролей, а это делает его ещё более уязвимыми в фрустрирующих ситуациях. Удаленность образа друга также может указывать на эмоциональное напряжение, связанное с недостаточно близкими и эмоционально положительными отношениями, так как зачастую общение с друзьями у таких подростков носит формальный характер.

Можно отметить, для подростков исследуемой выборки характерна недостаточная способность к личностной рефлексии, что проявляется также в том, что образ «Я идеальный» оказывается ближе к образу «Я», чем «Я с друзьями», «Я глазами родителей». Данная особенность указывает также на то, что у подростка нет различий между реальным образом и идеальным, не наблюдается перспективы развития. Другие, по мнению подростка, воспринимают его не таким, каков он на самом деле.

Данная особенность находит подтверждение в исследованиях А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, согласно которым, большинство современных подростков характеризуются невыраженной личностной рефлексии. Не только 12-13-летние, но и более старшие подростки не идентифицируют свои переживания, мысли с переживаниями и размышлениями. Наблюдается тенденция последовательного снижения рефлексивности у российских

подростков. Для полноценной личностной рефлексии необходимо остаться наедине с самим собой и доверительное общение с другом, любимым человеком, узким кругом близких людей, а это не характерно для современного подростка [6].

В качестве общей тенденции, характерной для подростков, употребляющих алкоголь (2 и 3 группы) по сравнению с 1 группой, можно отметить большую удаленность образа себя в состоянии огорчения, что свидетельствует о диссоциации алкоголизирующимися подростками негативно окрашенных образов. Сравнительный анализ динамики расстояний среди значимых образов показал, что для подростков 2 группы характерны различия по параметру удаленности в оценке образов «Я» - «Я злюсь» ( $p=0,008$ ), «Я» - «Я огорчен» ( $p=0,001$ ) по сравнению с 1 группой. Образы себя в состоянии злости, огорчения во 2 группе по сравнению с 1 группой являются более удаленными в семантическом пространстве, что указывает на диссоциацию от негативных эмоций.

У подростков 3 группы расстояние между образом «Я»-«Я идеальный» несколько больше, чем в 1 группе, что свидетельствует о меньшей склонности наделять свой образ качествами идеализированного образа ( $p=0,004$ ). Косвенными подтверждениями нарушенных отношений в семьях является удаленность образа «Я глазами родителей» по отношению к образу «Я»: в 1 группе эти образы более близки ( $p=0,017$ ). Образ себя в состоянии огорчения также более удален у представителей 3 группы по сравнению с 1 группой ( $p=0,015$ ).

Существуют различия в оценке воспринимаемых образов среди подростков 2 и 3 групп. Образ «Я глазами родителей» у подростков 2 группы ближе расположен к образу «Я» ( $p=0,002$ ), образ «Я идеальный глазами родителей» также ближе расположен в семантическом пространстве к образу «Я» по сравнению с подростками 3 группы ( $p=0,000$ ). Причем образ «Я идеальный глазами родителей» у подростков 2 группы несколько ближе, чем

образ «Я глазами родителей» (1,37 ед. и 1,39 ед. соответственно). Можно предположить, что подростки 2 группы не склонны к анализу своего поведения, самокритике, рефлексии, считают, что их поведение, личностные качества полностью соответствует образу «Я идеальный глазами родителей» т.е. отраженное самоотношение не анализируется.

Изучение обобщенной системы представлений о себе у подростков с разной частотой употребления алкоголя с помощью методики ЦТО позволяет обнаружить определенные тенденции. Число подростков, которые наделяют образ «Я» положительными качествами, доминирует в 1 группе (не употребляющие алкоголь) 83,3% по сравнению с 71,8% подростков 2 группы и 75% подростков 3 группы. Согласно результатам исследования, у подростков 2 группы по сравнению с 1 группой обнаружены различия при изучении неосознаваемого аспекта эмоционально-оценочного компонента системы отношений личности. Подростки 2 группы чаще образ «идеал Я» наделяют положительными качествами и реже отрицательными характеристиками ( $\varphi^*=1,96$ ;  $p<0,05$ ). Выяснили, что существуют различия в оценке образа «идеал Я» подростками 3 группы, они реже наделяют данный образ положительными качествами по сравнению с подростками 2 группы ( $\varphi^*=2,57$ ;  $p<0,01$ ). Результаты указывают на недостаточную сформированность компонентов самосознания у подростков 3 группы, так как образ «Я» 75% подростков оценивают положительно, а образа «идеал Я» 66,6% подростков воспринимают как позитивный конструкт. Степень рассогласования между оцениванием образа «Я» и образа «идеал Я» у подростков, которые часто употребляют алкоголь, указывает на амбивалентность, противоречивость в системе представлений о себе, отсутствие перспективы личностного развития.

Таким образом, алкоголизация независимо от формы осложняется нарушениями формирования личностных отношений подростка в результате изменений условий социального научения. Нарушения в межличностных отношениях, особенно взаимоотношений с противоположным полом,

дисгармоничные отношения в семье и другие особенности психического развития определяют состояния психоэмоционального напряжения при переживании травмирующих ситуаций, которые, однако, не находя конструктивной поддержки, купируются алкоголем. В результате искажений социального научения и адаптации подростки формируют негативное отношение к себе и окружающим, их система личностных отношений приобретает конфликтный характер, где заниженная самооценка и искажённый образ «Я» противоречат повышенной потребности в самоутверждении. Даже эпизодические употребления алкоголя подростками являются важным предиктором нарушения психической адаптации, как следствие, становятся условием искажённого формирования личности, и потому являются непосредственными показаниями клинико-психологического вмешательства.

Такие выводы позволяют обосновать направления и содержание коррекционных мероприятий в системе психологической профилактики алкоголизма. Становится понятно, что констатация вреда алкоголя не является при этом главной задачей. Профилактические мероприятия должны начинаться гораздо раньше, нежели признаки регулярной алкоголизации подростков становятся очевидными. Важным шагом в этом направлении, который доступен уже и школьному психологу, является формирование группы динамического наблюдения, в которую должны включаться подростки с признаками затяжных нарушений настроения дисфорической модальности. Такие нарушения настроения, как правило, свидетельствуют о внутриличностных конфликтах, порождаемых множеством травмирующих ситуаций, которые переживает подросток на этапе формирования концепции «я» и систематизации нового опыта, обусловленного свойственными для этого периода физиологическими, психологическими, социальными изменениями. Основным содержанием мероприятий при ситуационном употреблении алкоголя становится психологическая коррекция нарушений самоотношения в системе личностных отношений и научение навыкам рефлексии собственных переживаний в

интересах саморегуляции эмоциональных нарушений.

### **Библиографический список**

1. Алёхин А.Н. Этапы психической адаптации человека к экстремальным условиям профессиональной деятельности // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2009. – №3. – С. 76-81.
2. Алёхин А.Н., Андриюшевич О.В. Медико-психологические аспекты адаптации студентов к обучению в вузе (на примере студентов Герценовского университета) // Вестник Герценовского университета. – 2009. – №12. - С. 22-24.
3. Деревянко Ю.П. Субъективная оценка жизненного временного пространства подростками, склонными к отклоняющемуся поведению // Научные труды Sword. - 2012. - С.6-9.
4. Кулаков С.А. Практикум по клинической психологии и психотерапии подростков. – СПб.: Речь, 2004. – 464 с.
5. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация. Механизмы и стратегии. – 2-е изд. – Издательство Эксмо, 2010. – 368 с.
6. Прихожан А.М. Толстых Н.Н. Подросток в учебнике и в жизни. – М.: Знание, 1990. – 80 с.
7. Фельдштейн Д.И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности. – 2-е изд. – М.: МПСИ: Флинта, 2004. – 672 с.

# СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

## Чернышева И.А. Особенности консультирования по вопросам детско-родительских отношений

**Чернышева Инна Александровна**

Дворец детского творчества (МАУ ДОД ДДТ) «Маленький принц»,  
г. Хабаровск

**Chernysheva Inna Alexandrovna**

The Palace of children's creativity " Little Prince",  
Khabarovsk

**Аннотация.** В статье рассматриваются аспекты психологического консультирования по вопросам детско – родительских отношений. Особенности психологического сопровождения родителей и детей в сложные периоды взаимоотношений.

**Abstract.** The article examines aspects of psychological counseling on issues of parent - child relationships. Features of psychological support of parents and children in difficult periods of the relationship.

**Ключевые слова / Keywords:** семья, проблемы взаимоотношений, психологическое консультирование, family, relationship problems, counselling

Семья – это самая влиятельная структура, под воздействием которой формируется человек. Вырастая мы часто не замечаем, как сильно зависим от мнения родителей, привыкаем смотреть на мир через призму семейных ценностей и традиций, установок и принятых норм поведения. Образ личности складывается из того, как строятся взаимоотношения в семье, от того чувствует ли человек любовь и уважение или привык к тому, что его не замечают, а общение проходит только в скандалах и на повышенных тонах. Куда бы мы ни переместились, в каком бы обществе не развивались, как бы много мы ни достигли, наш личный опыт взаимодействия внутри своей семьи с родителями, братьями и сестрами будет всегда следовать за нами, определяя наше поведение. [4]

Содержание проблем детско-родительских отношений может быть очень

разнообразным, от мелких детских капризов и упрямства в дошкольном детстве до полного непонимания и очень сильных негативных чувств в подростковом возрасте и ранней юности.

Психологи-консультанты обычно выделяют следующие проблемы, с которыми обращаются родители:

- ссоры, грубость, замкнутость;
- ложь, воровство, уход из дома;
- непослушание, отказ выполнять требования родителей;
- закрытость, «уход в себя», потеря контакта с ребенком;
- конфликтные отношения с новыми партнерами родителей;
- лень, пренебрежение домашними обязанностями;
- конфликтные отношения с братьями и сестрами;
- отсутствие интересов, «компьютеромания»;
- неприятие своей собственной внешности;
- излишняя стеснительность, несамостоятельность;
- проблемы общения с противоположным полом;
- нежелательные друзья, отсутствие друзей;
- неумение постоять за себя [3].

Как правило все эти проблемы, даже если на первый взгляд кажется, что они не касаются детско-родительских отношений, на самом деле так или иначе исходят из сложностей взаимоотношений родителей и детей.

А.Ш. Тагиева отмечает, что чаще всего за помощью обращаются родители, дети испытывают нужду в профессиональной помощи значительно реже и обращаются к психологу не раньше, чем в подростковом возрасте. Это понятно, так как, с одной стороны, малыши не осознают своих проблем, с другой стороны, даже подрастая и осознавая их, они не решаются до определенного возраста посягать на родительский авторитет. Поэтому нередки обращения за помощью уже взрослых «детей», имеющих свой родительский опыт. [7].

Самым простым вариантом работы являются те случаи, когда за помощью обращаются родители с временно возникшими проблемами. Такие родители чаще всего не имеют серьезных внутриличностных проблем и сложностей в отношениях как друг с другом, так и с детьми. Они мотивированы на воспитание своих детей, но в силу занятости или психологической некомпетентности, недооценивают важность отношений с детьми. Факт их обращения к специалисту свидетельствует об актуальности решения назревших проблем. Самое важное в этих случаях со стороны консультанта — проявить понимание и проинформировать о психологических особенностях возраста и тех сложностях, которые могут возникать в связи с возрастом, а также способах их преодоления.

Гораздо большую сложность для консультанта представляют те случаи, когда проблемы отношений с детьми связаны с проблемами самого клиента.

Во многих психотерапевтических концепциях огромное значение придается тому, что не переработанный негативный опыт, может проявляться в проблематике детско-родительских отношений в нескольких вариантах. Во-первых, он может осложнять супружеские отношения. Эти сложности чаще всего не осознаются клиентом, но симптомом их выражения может быть негативное отношение к ребенку. Зачастую сложности супружеских отношений зачастую подменяются детско-родительской проблематикой. Во-вторых, негативное неосознаваемое отношение к себе может проецироваться на ребенка и мешать построению теплых эмоциональных отношений с ним.

Наконец, даже в тех случаях, когда клиент понимает, что сложности в отношениях с ребенком — это проекция его внутриличностных проблем, он «ничего не может с этим поделать», так как стереотипы поведения, сформировавшиеся за счет его собственного негативного опыта, оказываются стойкими и неподдающимися коррекции на осознаваемом уровне.

В случае неосознавания проблем клиентом задача психолога-консультанта в процессе работы максимально расширить зону осознания, а в

случае желая, но невозможности изменить свое поведение, постараться вместе с клиентом переработать его негативный опыт, формируя тем самым новое отношение к себе и к ребенку [6].

Работа с родителями строится по следующим направлениям:

- психологическое просвещение;
- психодиагностика;
- психологическое консультирование.

В психологическом просвещении родителей материалы консультаций меняются в зависимости от их запроса и учета возрастных особенностей детей.

Психодиагностическая работа проводится по запросу родителей, результаты используются в индивидуальном консультировании.

В консультировании очень важно не игнорировать знания, уже имеющиеся у родителей, а добавить в них дополнительные грани, акцентировать внимание на наиболее важных аспектах, создать возможность для восприятия фактов с разных точек зрения. В целом, психолог обладает большим диапазоном возможностей привнести нечто новое, полезное для родителей, конструктивное для развития, воспитания детей и взаимодействия с ними [1].

В решении проблем детско-родительских отношений важен факт прихода на консультацию второго родителя и самого ребенка (чаще всего подростка). В связи с этим Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. выделяют несколько вариантов работы:

Вариант 1. Оба родителя и подросток обращаются за консультацией. В том случае, если родители осознают трудности, возникающие в семье в связи с взрослением ребенка, адекватной формой помощи является семейное консультирование.

Вариант 2. Подросток и родители обращаются за помощью, но основная проблема заключается не в их взаимоотношениях, а в трудностях подростка вне семьи (например, в общении с друзьями, учителями и т. д.). В дальнейшем

работа проводится с самим подростком (диагностика и консультирование). Задачей психолога является выяснение обоснованности жалоб и принятие решения об адекватной форме психологической помощи (например, в виде участия в тренингах общения, индивидуального консультирования или психотерапии). Родители могут быть привлечены для работы в параллельной родительской группе либо приглашены на консультацию отдельно от ребенка.

Вариант 3. Родитель обращается за психологической помощью по поводу проблем ребенка, но сообщает при этом, что последний не мотивирован сотрудничать с психологом. В такой ситуации наблюдается нарушение взаимоотношений и утрата доверия между родителем и ребенком. Рекомендуется встретиться отдельно с подростком и родителем. Психологу необходимо выяснить причины амбивалентных чувств к ребенку, уточнить характер недовольства родителя. В то же время, постепенно завоевывая доверие подростка, психолог должен переориентировать его на более искреннее и честное взаимодействие с родителем. После этого их можно объединить и проводить совместное консультирование, обучая способам разрешения конфликтных ситуаций и т. п.

Вариант 4. Родитель обращается по поводу проблем ребенка, однако при взаимодействии с ним выясняется, что в психологической помощи нуждается он сам. При достижении ребенком подросткового возраста у родителей могут актуализироваться как тревога расставания, страх одиночества, страх надвигающейся старости, так и их собственные нерешенные подростковые проблемы (сепарация, индивидуация и обретение идентичности). В данной ситуации необходима психологическая работа с родителем.

Вариант 5. Полная потеря контакта и взаимного доверия между подростком и родителями. Ребенок отказывается идти в консультацию, так как воспринимает всех взрослых (родителей, педагогов, консультанта) как преследователей. Важно понять, что лежит в основе такой реакции и каков вклад родителей в такое поведение ребенка. Соответственно, здесь

консультативная работа проводится с родителем (родителями).

Важной задачей на начальном этапе консультирования является установление контакта с подростком и мотивирование его на участие в работе. Подросток соглашается на общение с психологом только тогда, когда ему интересен сам процесс и когда он чувствует, что его воспринимают как полноправного участника взаимодействия. В основе работы с ним должны лежать принципы диалогического общения. Особенностью такого контакта являются партнерские отношения психолога с подростком с целью совместного изучения конкретной психологической ситуации и путей ее разрешения [5].

Таким образом, если семья обращается за психологической помощью, важно определить локус ее психологических проблем:

— индивидуальные проблемы одного из членов семьи (когнитивные, эмоциональные, поведенческие нарушения, личностные расстройства ребенка или одного из родителей;

— проблемы в супружеской подсистеме;

— проблемы в детско-родительской подсистеме;

— проблемы в семейной системе в целом [2].

Таким образом, психологическое консультирование по вопросам детско-родительских отношений имеет ярко выраженную специфику, которая определяется предметом, целями и задачами этого процесса. Его содержанием становится психологическое сопровождение родителей в сложные периоды взаимоотношений с ребенком. Формирование продуктивного отношения к ребенку у родителя, принятие его проявлений, обретение веры в свои силы и желание преодолевать трудности, восстановление разрушенных связей и ответственности членов семьи друг перед другом.

#### **Библиографический список**

1. Гозман Л.Я., Шлягина Е.И. Психологические проблемы семьи // Вопросы психологии.- 1985.-№2.-С. 186-187.
2. Гордон Т.Р. Е.Т. Повышение родительской эффективности. — Екатеринбург:

АРД ЛТД, 1997. — 150с.

3. Корицова Г.С. Психологические особенности внутрисемейных отношений и их влияние на проявления школьной дезадаптации.: Дис. ... канд. псих. наук. – Улан-Удэ, 1998. – 166 с.
4. Коррекция детско-родительский отношений: методические рекомендации. - Новокуйбышевск, 2009. -103 с.
5. Нестерова О.А. Психолого – педагогические особенности работы с родителями в процессе взаимодействия школы и семьи // Семейная психология и семейная терапия, 2005, № 4
6. Сборник методических материалов в помощь педагогам – психологам образовательных учреждений. — / Сост. Башинова С.Н., Захарова О.К. Казань: РИЦ «Школа», 2005
7. Тагиева А.Ш. Работа практического психолога образования с детско-родительскими отношениями в кризисные периоды взросления детей и подростков // психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса: теория и практика. Региональный сборник научных трудов. — Елабуга, 2003. 3 выпуск

УДК 159.9.075

**Шалагинова К.С. Оптимизация психологического климата в коллективе подростков как направление профилактики буллинга**

**Optimization of psychological climate in the team of adolescents as a means of prevention of bullying**

**Шалагинова Ксения Сергеевна**

Тульский государственный педагогический университет  
имени Л. Н. Толстого  
[shalaginvaksenija99@yandex.ru](mailto:shalaginvaksenija99@yandex.ru)

**Shalaginova Ksenia Sergeevna**  
Tula State Teachers Training University

**Аннотация.** В статье представлен опыт работы с подростками по оптимизации

психологического климата в коллективе подростков, что в свою очередь, является одним из направлений профилактики буллинга. Для работы с подростками разработана диагностическая программа, программа профилактики. Приведен анализ эффективности проведенного исследования, позволяющий говорить об эффективности и целесообразности ведения подобной деятельности.

**Abstract.** The article presents the experience of work with teenagers on optimizing the psychological climate in the team of teenagers, which, in turn, is one of the ways of preventing bullying. To work with adolescents designed diagnostic program, prevention program, Provides an analysis of the effectiveness studies, allowing to speak about the effectiveness and feasibility of conducting such activities.

**Ключевые слова / Key words:** буллинг, психологический климат, оптимизация, профилактика, bullying, psychological climate, optimization, prevention.

Психологический климат в учебной группе значительно сказывается на отношении школьника к выполняемой им работе, на силу его мотива. Установлено, что ученики намного хуже учатся и развиваются там, где сложился нездоровый психологический климат в учебной группе. Поэтому закономерно, что Федеральным государственным образовательным стандартом второго поколения установлены требования к формированию и развитию психолого-педагогической компетентности обучающихся. Психолого-педагогическая компетенция также усматривается и во вступившем в законную силу новый Федеральный закон «Об образовании» от 1 сентября 2013 года. От психолого-педагогической компетентность обучающихся зависит благоприятный психологический климат в учебной группе.

В настоящее время проблемы психологического климата достаточно глубоко изучены в социальной психологии. Так влияние социально-психологического климата в коллективе на личность уделено большое внимание в работах А. Л. Свенцицкого, Е. С. Кузьмина, И. П. Волкова, Ю. Н. Емельянова, Е. В. Шороховой, К. К. Платонова, Л. Г. Почебут, В. А. Чикер, А. Н. Лутошкина, В. В. Бойко, В. Н. Панферова, А.Г. Ковалева, Б. Д. Парыгина, Е. А. Климова и др. Проблемы формирования социально-психологического климата в детских коллективах рассматриваются в исследованиях А. А. Реана, Я.Л. Коломенского, А.С. Макаренко, В. С. Мухиной, Т. Е. Конниковой, Г. А. Цукерман, А.М. Прихожан, В. В. Зацепиной, И. В. Дубровиной, А. В. Петровского, Н. П. Аникиевой, Е. В. Шороховой, К. К. Платонова

В настоящее время проблема насилия в образовательной среде становится все более актуальной. При этом, в качестве основной детерминанты проявления насилия считается отсутствие уважения к личности. Полноценное развитие и реализация индивидуальных потенций человека в школе возможны только в определенных условиях. Центральное место среди них принадлежит качеству межличностного общения и психологической безопасности в образовательной среде.

В своем исследовании мы предположили, что профилактика буллинга в подростковом возрасте будет протекать эффективно, если: учитывать роль оптимизации психологического климата в подростковом возрасте; реализовать профилактическую программу, составленную с учетом возрастных особенностей детей подросткового возраста, направленную на создание здорового психологического климата в классном коллективе, развитие навыков компромиссного решения трудностей в общении, а также способности к эмпатии и толерантности.

Изучение литературы по проблеме исследования позволило сделать следующие выводы:

- создание благоприятного психологического климата в классе является важным элементом педагогической работы в школе. Можно выделить три основных фактора, влияющие на состояние психологического климата: личные качества членов ученического коллектива, стиль руководства со стороны учителя и материальная среда учебного процесса. Для достижения положительной атмосферы среди учеников немаловажным являются профессиональные качества педагога, который имеет главную роль в данном процессе. Откуда следует, что практические и теоретические навыки педагога должны быть направлены на создание благоприятного климата в ученической среде, как необходимого условия разностороннего развития личности;

- на сегодняшний день буллинг очень распространен в школьной среде, а именно среди подростков. Подростковая жесткость – огромнейшая проблема

современного мира. Практически в каждом учебном заведении процветают разные формы насилия в детской среде, как морального, так и физического. Подобный термин получил профессиональное наименование буллинг, и крайне важную роль играет предотвращение его появления в учебных учреждениях. Профилактика такой жестокости ложится на плечи не только педагогов, ей должны заниматься также родители и психологи в школах и институтах;

- психологический климат занимает важное место в гармоничном и всестороннем развитии ребёнка, требует специальной профессиональной подготовки педагога, для грамотной ориентации его на формирование и управление психологической средой в классе, а также для передачи учащимся необходимых знаний. В коллективе школьников существует та атмосфера, которая формируется в первую очередь учителем. От особенностей его взаимодействия и взаимопонимания с детьми зависят результаты деятельности ученического коллектива, а они в свою очередь, если являются хорошими и устойчивыми, помогают создавать необходимый психологический климат.

Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента показал:

1. 65% испытуемых дали низкую оценку уровню психологического климата в своем коллективе, что свидетельствует о неудовлетворительной психологической атмосфере, характеризующейся высокой конфликтностью, соперничеством, наличием агрессивных тенденций, подавлением со стороны референтной группы учащихся остальных членов группы, их стремлением навязать свои правила. 35% опрошенных оценили психологический климат как средний, имеет место отсутствие сплоченности, нестабильность во взаимоотношениях, отсутствие внутригрупповой дисциплины, зависимость от мнения референтной группы. Высокую оценку уровню психологического климата в данной коллективе не дал ни один подросток.

2. У 65% испытуемых - высокий уровень агрессии. Подросткам данной категории присуща эмоциональная грубость, озлобленность, как против

сверстников, так и против окружающих взрослых. Вместе с тем среди агрессивных учеников встречаются и подростки, у которых, агрессивность выступает средством поднятия престижа, демонстрация своей самостоятельности, взрослости. Сюда относятся школьники, для которых нанесение вреда другому выступает как самоцель. Их агрессивные действия не имеют какой-либо видимой цели - ни для окружающих, ни для них самих. Они испытывают удовольствие от самих действий, приносящих боль и унижение сверстникам. Подростки используют в основном прямую агрессию, которая составляет грубое физическое воздействие, отличающееся особой жестокостью.

5% испытуемых характеризуются высокими показателями враждебности. Им характерны - высокая тревожность, мнительность, нерешительность, неуверенность в себе, особенно в условиях динамичной обстановки, дефицита времени и информации.

2. Для 30% опрошенных характерно соперничество как стиль разрешения конфликтной ситуации. 20% испытуемых свойственно уклонение (избегание) - отсутствие и стремления к кооперации, и тенденции к достижению собственных целей. 25% прибегают к приспособлению, что означает, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради другого. Для 15% характерен компромисс - соглашение между участниками конфликта, достигнутое путем взаимных уступок. Для 10% свойственно сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

3. Для 15% испытуемых характерен нулевой уровень коммуникативной толерантности, что означает полное неприятие окружающих. Для 20% свойственна высокая степень толерантности. Отличительной чертой для 30% опрошенных является низкая степень толерантности. У 35% опрошенных выявлена средняя степень толерантности, что характеризуется средним уровнем сформированности таких нравственных и этических социальных качеств, как честность, справедливость, доброжелательность,

взаимопомощь.

4. По 20% опрошенных имеют очень низкий и низкий уровень эмпатии. Они, как правило, испытывают затруднения в установлении контактов с людьми, неуютно чувствуют себя в шумной компании. 35% опрошенных обладают нормальным уровнем эмпатийных тенденций. В межличностных отношениях чаще всего судят о других по их поступкам, а не доверяют своим личным впечатлениям. Для 20% испытуемых характерна высокая эмпатийность. Они чувствительны к нуждам и проблемам окружающих, великодушны, склонны многое прощать. У 5% опрошенных очень высокий уровень эмпатийности. Они очень ранимы. Впечатлительны. Будучи в расстроенных чувствах, нуждаются в эмоциональной поддержке со стороны. Близки к невротическим срывам.

В ходе исследования была разработана программа по оптимизации психологического климата в коллективе подростков.

Задачи программы: оптимизация эмоционального, морального, делового критерия психологического климата; повышение групповой сплоченности; формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях, возникающих в коллективе; развития толерантности, способности к эмпатии, снижение враждебности, агрессивности.

Занятия проходят 2 раза в неделю, длительность занятия 60-90 минут.

Сравнительный анализ результатов констатирующего и контрольного этапов эксперимента позволяет сделать выводы о положительной динамике в выборке, которая выражается:

- в повышении показателя психологического климата исследуемой подростковой группы. Нами был вычислен уровень психологического климата. На констатирующем этапе он относился к категории «Низкий». На контрольном этапе эксперимента его значение выросло и уровень психологического климата группы стал «Средний». Данное значение приближено к пороговому значению, то есть уровень психологического

климата исследуемой подростковой группы стремится к уровню «Высокий», что говорит о том, что прослеживается положительная динамика на констатирующем этапе исследования.

- в уменьшении количества подростков с проявлением высокого уровня агрессивности. Если на констатирующем этапе с высоким уровнем агрессивности было 65% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов 35%. В выборке увеличилось количество испытуемых с низким уровнем проявления агрессивности с 15% на констатирующем этапе до 30% на контрольном. В выборке также увеличилось количество испытуемых со средним уровнем агрессивности с 20% на констатирующем этапе на 35% на контрольном.

- в уменьшении количества испытуемых с высоким уровнем враждебности с 55% на констатирующем этапе до 30% на контрольном. Увеличилось количество испытуемых со средним уровнем враждебности с 30% на констатирующем этапе до 50% на контрольном. Увеличилось количество подростков с низким уровнем враждебности с 15% на констатирующем этапе до 20% на контрольном.

- в снижении показателей негативных стилей разрешения конфликтных ситуаций, характерных для выборки испытуемых. Если на констатирующем этапе соперничество, как стиль разрешения конфликта, было свойственно для 30% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов 15%. В выборке уменьшилось число подростков, использующих приспособление как стиль разрешения конфликтной ситуации: на констатирующем этапе таковых было 25%, на контрольном – 10%. Снизился процент испытуемых, для которых уклонение являлось привычным способом выхода из сложной ситуации: на констатирующем этапе таковых было 20%, на контрольном – 10%. Таким образом, выросли показатели позитивного способа решения конфликтов. Так, если на констатирующем этапе сотрудничество, как стиль разрешения конфликта, было свойственно для 10% испытуемых, то на

контрольном этапе таких респондентов 25 %. Компромисс как стиль поведения в конфликте на констатирующем этапе был свойственен для 15% испытуемых, на контрольном – для 40%.

- в улучшении показателей уровня коммуникативной толерантности в исследуемой подростковой группе. Если на констатирующем этапе высокий уровень коммуникативной толерантности был свойственен для 20% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов 25%. Средний уровень на констатирующем этапе был характерен для 35% респондентов, на контрольном для 60%. Низкий уровень коммуникативной толерантности на контрольном этапе показали 30% испытуемых, на контрольном – 15%. Если на констатирующем этапе нулевой уровень коммуникативной толерантности (что означает полное неприятие окружающих) был свойственен для 15% испытуемых, то на контрольном этапе таковых не выявлено.

- в улучшении показателей уровня эмпатийных тенденций. Если на констатирующем этапе очень низкий уровень эмпатийных тенденций был свойственен для 20% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов 5%. Низкий уровень на констатирующем этапе был свойственен для 20% испытуемых, на контрольном – для 10%. Нормальный уровень эмпатии на констатирующем этапе был характерен для 35% выборки, на контрольном – для 55%. Если на констатирующем этапе высокий уровень эмпатийных тенденций был свойственен для 20% испытуемых, то на контрольном этапе таких респондентов 30 %. Очень высокий уровень эмпатийных тенденций был свойственен для 5% испытуемых, на контрольном этапе таковых не выявлено.

На основе результатов проведенного нами исследования, а также по итогам анализа психолого-педагогической литературы ряда авторов (Кон И., Мальцева О. А., Петросянц В. Р., Руланн Э.) были разработаны рекомендации.

Рекомендации педагогу по оптимизации психологического климата в классе.

- Ясная и четкая руководящая позиция педагога. Она выражается в том, что они не передают детям полностью ответственность за эффективное разрешение сложных ситуаций в отношениях в классе, хотя поддерживают детские инициативы в этом направлении; подают личный пример поведения, основанного на уважении и интересе к людям и не включающего обидные и унижающие практики общения; они ясно транслируют свою позицию, обозначая критерии соответствия поведения; они выражают эту позицию в реагировании на поступки других – поддерживая позитивное и вмешиваясь и пресекая нежелательное поведение. Позиция педагога не должна быть деспотичной в высказывании оценок поведения, но она должна быть четкой, понятной и избегать неопределенности.

- Последовательность, согласованность, непротиворечивость; сотрудничество для достижения общей цели. Работа по прекращению и предупреждению травли эффективна, когда учителя придерживаются ясных принципов и транслируют ценность уважительного отношения не только на словах, но и в поступках, и на уроках, и между ними, в школе и на улице, и в учебное время, и в группе продленного дня; когда руководство школы принимает важность противостояния буллингу и поддерживает мероприятия в рамках этой задачи; когда тематические мероприятия для детей по повышению осознанности и развитию навыков конструктивного общения своим посланием не противоречат основным практикам общения в школе. Несогласованность действия и позиций участников ведет к повышению неопределенности и напряжения и снижению взаимного доверия у участников школьного сообщества.

- Разработка правил, процедур и приемов работы. Процесс работы должен быть упорядочен – как во времени (нужно планирование и последовательность в проведении мероприятий как с детьми, так и с сотрудниками школы, и с родителями учеников), так и в поведении. Руланн Э. использует термин «процедура» для обозначения схем поведения, которое должен предпринять

сотрудник школы, столкнувшись с различными ситуациями травли, и о которых, соответственно, все сотрудники школы должны знать.

Роль учителя в предупреждении и разрешении происходящих ситуаций буллинга может быть очень значительной. Эффективная позиция учителя включает в себя: приоритет обучения (над социально-психологическими процессами в классе, соблюдением нормативов и пр.), любознательность и методическую компетентность учителя; выстраивание отношений с учениками, когда каждый ребенок получает возможность быть услышанным учителем, когда учитель проявляет заботу и внимание к детям, оказывает им поддержку; установление границ и четкое разъяснение того, что является неприемлемым (без враждебности, возможно, с юмором, без длительных разбирательств); постепенное делегирование ответственности за прекращение буллинга ученикам, выращивание у детей инициативы контроля за безопасностью своих соучеников, что особенно важно в ситуациях, когда учитель отсутствует.

Технологии предупреждения буллинга обычно включают в себя два уровня. Работа с качеством психолого-педагогическим процесса в целом (повышение эффективности классного руководства, тренинги командообразования, социальных навыков в классе, включение родительского сообщества в жизнь школы и др.). Она решает множество задач одновременно – улучшает психологический климат и повышает субъективную безопасность в классе, служит профилактикой выгорания у педагогов, повышает качество учебного процесса, снижает тревогу у всех участников и подготавливает школьное сообщество к тематической работе. Важным элементом этой работы может стать разработка правил класса (созданных ученикам и учителями совместно) или правил школы. Правила в каждом классе будут отличаться, поэтому их обобщение до уровня школы может привести к тому, что они лишатся своего индивидуального значения для разработчиков, но зато приобретут более системный характер.

2. Тематическая работа с проблемой буллинга. Она включает в себя выработку определений, правил и алгоритмов в

среде специалистов, и затем более или менее непосредственное обсуждение темы травли и способов обращения с ней с детьми. В него могут входить дискуссии по материалам художественной литературы, кинофильмов, моделирование ситуаций травли, тематические тренинги или игры, сочинения, классные часы, посвященные теме желательного поведения и недопустимости буллинга, а также родительские собрания.

### **Библиографический список**

1. Диагностика межличностных отношений подростков и старшеклассников: Методические рекомендации / сост. Л.В. Сгурская, Г.С. Тамарский. Калининград: Изд-во Калининград. ун-та, 2003. 44 с.
2. Сафронова М.В. Буллинг в образовательной среде — мифы и реальность // Мир науки, культуры, образования. 2014. № 3 (46). С. 182—185.

УДК 316.62

### **Якунина Ю.Е., Котомкина Е.Е. Ценности как фактор адаптации личности к новой социокультурной среде (на примере эмигрантов в Таиланд)**

**Values as the adaptation factor to the new social and cultural environment  
(based on Russian emigrants to Thailand)**

**Якунина Юлия Евгеньевна,  
Котомкина Елена Евгеньевна**  
Северо-Восточный государственный университет, г. Магадан  
[yakunina@mail.ru](mailto:yakunina@mail.ru)

**Yakunina Yulia Evgenievna,  
Kotomkina Elena Evgenievna**  
North-Eastern State University, Magadan

**Аннотация.** Объектом исследования являются ценности как фактор адаптации к инокультурной среде. Методы исследования: интервью, методика «Адаптация личности в новой социокультурной среде» Л.В. Янковского, методика ранжирования системы ценностей С.Шварца и У. Билски. В результате исследования установлено, что такие жизненные ценности как «аскетизм», «духовная гармония», «природная гармония», «мастерство», «традиционализм» являются факторами адаптации эмигрантов к новой социокультурной среде (в условиях эмиграции в Таиланд).

**Abstract.** The object of investigation is life values as the adaptation factor to different cultural environment. Methods: interview, technique “Person’s adaptation to the new social and cultural environment” by L.V. Yankovsky, technique of ranging of life values by S. Schwartz and W. Bilsky. The study found that such values as ascetism, spiritual harmony, nature harmony, professionalism, traditionalism are factors of Russian emigrants’ adaptation to the new social and cultural environment of Thailand.

**Ключевые слова / Keywords:** ценности, социально-культурная адаптация, миграция, values, social and cultural adaptation, migration.

Миграционные процессы в современном мире имеют тенденцию к постоянному росту. Усиливается трудовая миграция населения, более распространенным стал выездной туризм и эмиграция.

Миграция населения представляет собой любое территориальное перемещение населения, связанное с пересечением как внешних, так и внутренних границ административно-территориальных образований с целью смены постоянного места жительства или временного пребывания на территории для осуществления учебы или трудовой деятельности независимо от того, под преобладающим воздействием каких факторов оно происходит – притягивающих или выталкивающих [3].

По оценкам экспертов и данным статистики стран приема, сегодня за пределами России проживают и трудятся свыше полумиллиона российских граждан. Подавляющее большинство из них устраивались на работу самостоятельно, минуя государственные структуры и посреднические фирмы. У этих людей высокий образовательный уровень и профессиональный статус, благодаря которому они, получив хорошее рабочее место, переходят затем на более высокую ступень уровня жизни в стране въезда, способствуя затем переселению своих родных и знакомых (эффект «цепной миграции»).

Большая мобильность современного мира предоставляет человеку большие возможности передвижения, но ставит его в такие условия, в которых он вынужден адаптироваться к новой культурной среде. Столкновение с новой культурой всегда накладывает на мигранта ряд обязательств, самым важным из которых является адаптация своего поведения к ценностям, нормам, обычаям принимающей страны.

Адаптация – это перестройка психики индивида под воздействием объективных факторов окружающей среды и способность человека приспособливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта с окружающей средой [1]. Многие исследователи указывают на связь между адаптацией к культуре и личностным ростом. Предполагается, что люди, которые чувствуют себя комфортно в другой культуре, эмоционально и интеллектуально больше удовлетворены жизнью, чем те, которые постоянно живут в одной.

Межкультурная адаптация – это сложный процесс, в результате успешного окончания которого человек достигает соответствия (совместимости) к новому типу культурной среды, принимает новые традиции как свои собственные и действует согласно этим традициям [1]. Но во многих случаях адаптация осуществляется болезненно и не всегда оканчивается успешно.

Большинство авторов выделяют три аспекта межкультурной адаптации:

– психологический – совокупность внутренних психологических последствий адаптации, связанных с преодолением стрессовых жизненных изменений (ясное чувство личной или культурной идентичности, психологическое здоровье, достижение психологической удовлетворенности в новом культурном контексте);

– социально-культурный – внешние поведенческие результаты, которые связывают адаптантов с их новым культурным контекстом, их способностью справляться с социально-бытовыми проблемами, эффективно функционировать в новом окружении;

– экономический – достижение экономической самостоятельности и эффективности в новой культурной среде (наличие или отсутствие работы, удовлетворенность ею, уровень профессиональных достижений и благосостояния в новой культуре).

Все эти аспекты межкультурной адаптации рассматриваются как

взаимосвязанные и в равной степени важные показатели успешного приспособления к новому культурному окружению.

Одна из классификаций факторов межкультурной адаптации была предложена Т.Г. Стефаненко. В своей классификации автор выделяет индивидуальные (демографические и личностные) и групповые факторы адаптации к новой культурной среде. К первой категории Т.Г. Стефаненко относит такие факторы как возраст, пол, образование, личностные характеристики, мотивацию, ожидания и жизненный опыт мигрантов. Вторая категория включает характеристики взаимодействующих культур – степень сходства или различия между культурами; особенности культуры, к которой принадлежат мигранты, особенности страны пребывания [5].

Таким образом, одним из важнейших факторов, обуславливающих процесс адаптации, является культурная дистанция, т.е. степень близости или несовместимости культур друг с другом [4]. Чем больше различий между культурой мигранта и принимающей его культурой, чем больше отличий в поведении и ценностях других людей, тем более сложным и длительным будет процесс адаптации.

Ценности представляют собой желаемые, транс-ситуационные цели, значимость которых меняется и которые функционируют в качестве руководящих принципов в жизни людей или группы. Каждая ценность имеет некоторые мотивационные тенденции или цели [2]. В силу того, что дистанция культур предполагает различия в ценностях, можно предполагать, что ценности могут выступать фактором адаптации к новой социокультурной среде.

Для проверки данного предположения нами было проведено исследование жизненных ценностей российских граждан, эмигрировавшими в Таиланд. Нами была выбрана эмиграция именно в Таиланд по причине высокой дистанции российской и тайской культур.

В исследовании приняло участие 30 человек в возрасте от 27 до 68 лет, из них 12 мужчин и 18 женщин. Сбор данных проводился в Таиланде, в городе

Паттайя, в июле-августе 2014 года. У всех испытуемых отсутствовал опыт получения вида на жительство в других государствах. Средняя продолжительность проживания в Таиланде составляет 4,7 лет (минимальная – 2 года, максимальная – 13 лет).

С целью выявления всех трех аспектов межкультурной адаптации (психологического, социокультурного и экономического) нами было разработано интервью. Интервью проводилось строго индивидуально, без третьих лиц. В процессе исследования использовался диктофон. Обработка данных интервью проводилась методом контент-анализа.

На основании данных интервью нами выявлялись испытуемые, демонстрирующие разную степень «полноты» адаптации к инокультурной среде.

В итоге выборка была нами разделена на три группы:

- полностью адаптированные (имеющие положительные показатели психологической, социальной и экономической адаптации) – 14 человек в возрасте от 27 до 65 лет;
- частично адаптированные (имеющие положительные показатели по двум из трех составляющих адаптации) – 7 человек в возрасте от 36 до 68 года,
- неадаптированные (имеющие отрицательные показатели по двум и более составляющим адаптации) – 9 человек в возрасте от 36 до 65.

Помимо интервью, в качестве методов исследования использовались:

1) Методика ранжирования системы ценностей С.Шварца и У. Билски.

Методика позволяет выявить более и менее значимые жизненные ценности испытуемых. Разработанный Шварцем тест представляет собой список из 57 ценностей. Состоит из 6 шкал, включающих в себя подшкалы:

1. Социальная зависимость: *конформизм, аскетизм, традиционализм.*
2. Иерархия: *власть.*

3. Равноправие: *самостоятельность, альтруизм.*

4. Социальная автономность: *самодостаточность, гедонизм, радикализм.*

5. Духовная деятельность: *духовная гармония, природная гармония.*

6. Профессиональная деятельность: *мастерство, достижения.*

2) Методика «Адаптация личности в новой социокультурной среде» Л.В. Янковского. Применяется при изучении процесса адаптации эмигрантов к новой социальной и культурной среде. Методика позволяет выявить уровень и тип адаптации эмигрантов. Включает в себя 6 шкал: адаптивности, конформности, интерактивности, депрессивности, ностальгии, отчужденности.

Нами были выдвинуты гипотезы:

1. У эмигрантов с разной степенью «полноты» адаптации» к инокультурной среде различаются основные жизненные

2. Существуют различия в жизненных ценностях у эмигрантов с разным уровнем психологической адаптации к новой социокультурной среде.

Для того, чтобы проверить первую гипотезу о существовании различий в основных жизненных ценностях у эмигрантов с разной степенью «полноты» адаптации» к инокультурной среде были использованы данные интервью и результаты по методике ранжирования системы ценностей С.Шварца и У. Билски. Статистическая обработка данных осуществлялась с помощью критерия U Манна-Уитни.

Значимые различия в значимости жизненных ценностей были выявлены между группами адаптированных и неадаптированных и неадаптированных и частично адаптированных при  $p \leq 0,05$ . Между группами адаптированных и частично адаптированных значимых различий выявлено не было (см. табл. 1).

Исходя из данных, представленных в таблице, можно видеть, что различия между адаптированными и неадаптированными испытуемыми выявлены в таких жизненных ценностях, как «аскетизм», «духовная гармония»,

«природная гармония», «мастерство», «традиционализм». При этом все эти ценности более значимы для неадаптированных испытуемых.

Таблица 1

Выявленные значимые различия в значимости ценностных ориентаций у испытуемых с разной степенью «полноты» адаптации

Ценности	Сопоставляемые выборки	
	Адаптированные / Неадаптированные	Неадаптированные / Частично адаптированные
Аскетизм	Уэмп = 33,5 (неадапт.)	Уэмп = 15 (неадапт.)
Самодостаточность	-	Уэмп = 14,5 (неадапт.)
Духовная гармония	Уэмп = 27,5 (неадапт.)	Уэмп = 13 (неадапт.)
Природная гармония	Уэмп = 26,5 (неадапт.)	-
Мастерство	Уэмп = 32 (неадапт.)	-
Традиционализм	Уэмп = 27,5 (неадапт.)	-

В ячейках таблицы в скобках указана выборка с более высоким средним баллом по шкале

Можно предположить, что неадаптированные испытуемые являются людьми, которые ценят умеренность, совершение поступков на благо окружающих, удовлетворённость своим положением, гармонию со своим «Я» и с окружающей средой, соблюдение традиций, норм и ценностей культуры. Вероятно, данные ценности препятствуют полной адаптации в новой культурной среде, возможно, затрудняют достижение каких-либо составляющих адаптации.

Также, исходя из данных таблицы, можно увидеть, что различия между неадаптированными и частично адаптированными испытуемыми наблюдаются

по таким жизненным ценностям, как «аскетизм», «самодостаточность» и «духовная гармония». И в этом случае, снова, данные ценности более значимы для неадаптированных к новой среде эмигрантов.

Отсутствие различий в ценностях между «адаптированными» и «частично адаптированными» испытуемыми может указывать на то, что, по сути, эти две группы представляют одну, и достижение положительных показателей по двум аспектам адаптации может считаться достаточным для достижения межкультурной адаптации.

Для того чтобы проверить вторую гипотезу была использована методика «Адаптация личности в новой социокультурной среде» Л.В. Янковского. Как уже указывалось, методика включает в себя 6 шкал, однако лишь по трем шкалам можно было разделить выборку на группы для дальнейшего исследования: по шкалам «адаптивность», «депрессивность» и «отчуждённость».

По шкале адаптивности у 13 испытуемых высокий уровень, что означает наличие у них личной удовлетворённости, положительного отношения к окружающим и их принятии, о чувствах социальной и физической защищённости, принадлежности к новому обществу и сопричастности к ним. У 17 испытуемых выявлен средний уровень адаптивности. Это может говорить о том, что они частично неудовлетворены своим положением в новом обществе, собой и могут не чувствовать своей принадлежности к новой культуре.

По шкале отчуждённости у 14 испытуемых диагностирован низкий уровень. Это означает, что испытуемые принимают нормы, установки и ценности общества, принимают новый социальный статус. Таким испытуемым присуща высокая самооценка, согласованность уровня притязаний и своих реальных возможностей, убежденность, что собственные усилия в значительной степени влияют на ситуацию, а так же отсутствие склонности к конформности. Из 30 испытуемых у 16 средний уровень отчуждённости. Это может означать, что они не полностью принимают свой новый социальный

статус, нормы, установки и ценности общества, в котором живут.

По шкале депрессивности у 21 испытуемого низкий уровень. Это говорит о гармонии личности данных эмигрантов. Таким испытуемым присуща высокая самооценка, уверенность в решении жизненных трудностей, чувство перспективности, уверенность относительно социальной идентичности и способности реализовать свои возможности, принятие себя и других. У 9 испытуемых установлен средний уровень депрессивности.

Таблица 2

Выявленные значимые различия в значимости ценностных ориентаций у испытуемых с разным уровнем психологической адаптации к новой социокультурной среде

Ценности	Сопоставляемые выборки	
	Высокий и средний уровень адаптивности	Низкий и средний уровень отчужденности
<b>Социальная зависимость</b> Аскетизм	Уэмп. = 65 (выс.)	-
<b>Иерархия</b> Власть	-	Уэмп. = 59 (сред.)
<b>Социальная автономность</b> Гедонизм	-	Уэмп. = 65 (сред.)
Радикализм	-	Уэмп. = 58 (сред.)

В таблице в скобках указана выборка с более высоким средним баллом по шкале

После разделения выборки по вышеуказанным шкалам нами был произведен поиск значимых различий по шкалам методики ранжирования системы ценностей С.Шварца и У. Билски. Статистическая обработка данных осуществлялась с помощью критерия U Манна-Уитни. Выявленные значимые различия представлены в табл. 2. Все различия значимы при  $p \leq 0,05$ .

При делении выборки по уровням депрессивности значимые различия в ценностных ориентациях испытуемых не были обнаружены.

Итак, выявлены различия между испытуемыми с высоким и средним

уровнем адаптивности по такой жизненной ценности как *аскетизм*. Аскеты подчиняются нормам общества и живут по их правилам. Они жертвуют своими желаниями и потребностями, ради достижения общей цели, довольствуясь тем малым, что имеют. Удовлетворенность своим положением очень характерна для тайского общества, которому чуждо накопительство и стремление к роскоши. Возможно именно поэтому те испытуемые, которые разделяют с представителями принимающей культуры их взгляды на жизнь, их ценности, довольствуясь тем, что есть, психологически адаптированы к тайской культуре. Люди с высоким уровнем адаптивности являются оптимистами, что характерно для аскетов. Оптимизм предполагает стремление фиксироваться не на проблемах, а на возможностях их решения. Представители тайской культуры при столкновении со сложной проблемой скорее обойдут ее и будут дальше получать удовольствие от каждого прожитого дня, как им предписано правилами жизни. Люди с высоким уровнем адаптивности ощущают свою причастность к новой культуре, в связи с этим для них характерна личностная удовлетворенность. А, как правило, человек, удовлетворенный своей жизнью улыбчив, благожелателен, спокоен. Таиланд называют страной улыбок и представители российской культуры, которые вполне удовлетворены тем, что переехали из страны, где долгая зима, в страну, где всегда лето и море, тоже улыбаются и это импонирует представителям принимающей культуры и определяет их ответную реакцию. Имея высокий уровень адаптивности, и являясь частью нового общества, аскеты готовы пренебречь своими нуждами, ради блага окружающей их социальной среды. Испытуемые же со средним уровнем адаптивности, возможно, не настолько чувствуют свою сопричастность к новому обществу, поэтому в некоторых ситуациях могут, как поступиться своими нуждами, так и наоборот, поставить их выше потребностей окружающих.

Различия также выявлены между испытуемыми с низким и средним уровнем отчужденности по шкалам:

1. Иерархия (власть). Для испытуемых с низким уровнем отчуждённости, для которых одной из наиболее важных личностных ценностей является «власть», характерно стремление к высокому социальному статусу. Такие испытуемые могут обладать желанием управлять людьми, так как они уверены в себе и не поддаются внешнему влиянию и мнению окружающих об их личности. В тайской культуре "власть" тоже является важной ценностью, но дается человеку свыше за особые заслуги в прошлом перевоплощении. Поэтому стремиться к власти естественно для тайцев, ее надо заслужить. Люди, обладающие властью, очень уважаемы и всегда вне критики. Испытуемые со средним уровнем отчуждённости не всегда принимают нормы и ценности нового общества, в силу чего они не столь уверены в себе и могут быть конформны, и поэтому не всегда стремятся к повышению своего социального статуса, не смотря на то, что могут быть им не удовлетворены. Представители тайской культуры, тоже не стремятся повышать свой социальный статус в силу того, что они уверены в возможность его получения свыше в следующей жизни, если будут вести добродетельную жизнь и соблюдать нравственные законы своего общества.

2. Социальная автономность, к которой относится гедонизм и радикализм. Поскольку представители тайской культуры живут по принципу "живи и наслаждайся", то этот образ жизни идеально соответствует тому, к которому стремились испытуемые, поменяв культурную среду проживания (что подтверждается данными интервью). Представителям российской культуры тоже свойственно стремление к праздному образу жизни, лень, несобранность. Это те черты, которые всегда отмечались иностранцами и высмеивались на Руси. Но в этом схожесть представителей культур Таиланда и России. Российские эмигранты с низким уровнем отчуждённости с уважением относятся к ценностям, нормам и правилам поведения тайской культуры, не проявляют особенного пристрастия к своей национальной пище и одежде, легко входят в новое общество. Они активно общаются с местным населением,

имеют друзей тайцев, чтят местные традиции, отмечают национальные праздники, что способствует процессу адаптации в новой культурной среде. В связи с этим они более жизнерадостны и уверены в себе, что позволяет им благополучно приспосабливаться к жизни в новом обществе. В отличие от испытуемых со средним уровнем отчуждённости, они легко принимают нормы и правила принимающей культуры и являются более решительными в принятии какого-либо решения для достижения своих целей.

Таким образом, гипотеза о том, что существуют различия в жизненных ценностях у эмигрантов с разным уровнем психологической адаптации к новой социокультурной среде, подтвердилась.

Сопоставляя данные двух исследований, можно отметить, что в случае рассмотрения адаптации к новой культурной среде с позиции ее «полноты» (т.е. достижения как экономической, так и социальной и психологической адаптации), ряд ценностей скорее выступают как фактор дезадаптации. Такие ценности как аскетизм, самодостаточность, духовная и природная гармония, мастерство и традиционализм более значимы именно для неадаптированных испытуемых, исходя из чего можно предположить, что, несмотря на высокую значимость данных ценностей в «принимающей» тайской культуре, они не позволяют полностью приспособиться к новой среде и достичь всех трех составляющих адаптации. Вероятно, в данном контексте имеет значение не дистанция культур, а универсальные адаптационные установки индивида, находящие свое воплощение в системе ценностей.

В случае же концентрации внимания на психологической адаптации, ценности начинают играть роль именно адаптационного фактора. И в этом контексте значение в большей степени играют ценности, значимые в новой культурной среде. Примечательно, что среди данных ценностей вновь встречается ценность аскетизма, которая позволяет достичь психологической адаптации, но препятствует полной адаптации к инокультурной среде.

Таким образом, в результате нашего исследования выявлено, что

ценности являются одним из факторов адаптации личности к инокультурной среде, при этом они могут как способствовать, так и препятствовать адаптации.

Конкретные результаты нашего исследования могут распространяться только на ситуацию эмиграции российских граждан в Таиланд, однако сам факт адаптационного потенциала жизненных ценностей имеет более универсальное значение. Можно полагать, что жизненные ценности, являясь относительно стабильной структурой, могут оказывать влияние на приспособление индивида к любой культурной среде, оказывать влияние на его восприятие социальной действительности, в том числе на систему межэтнических отношений.

### **Библиографический список**

1. Альмуханова А. Б. Большая психологическая энциклопедия / А.Б. Альмуханова [и др.]. – М. : Эксмо, 2007. – 544 с.
2. Гарванова М. З. Исследование ценностей в современной психологии / М. З. Гарванова, И. Г. Гарванов // Современная психология: материалы III междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2014 г.). – Казань: Бук, 2014. – С. 5-20.
3. Ионцев В. Время великих кочевий: международная миграция населения и развития России // Дружба народов. – 2001. – № 4. – С. 118 – 127.
4. Основы межкультурной коммуникации: Учебник для вузов / под ред. А.П. Садохина. – М.: Юнити-Дана, 2003. – 250 с.
5. Стефаненко Т. Г. Этнопсихология. - М.: Аспект Пресс, 2014. – 368 с.

Электронное научное издание

# СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОЛОГИЯ: МЕТОДОЛОГИЯ, ПАРАДИГМЫ, ТЕОРИИ

Сборник научных трудов  
по материалам I Международной  
научно-практической конференции

25 марта 2016 г.

По вопросам и замечаниям к изданию, а также предложениям к сотрудничеству обращаться по электронной почте [mail@scipro.ru](mailto:mail@scipro.ru)

Подготовлено с авторских оригиналов

ISBN: 978- 5-00-005636-1

Формат 60x84/16. Усл. печ. л. 3.3. Тираж 500 экз.  
Издательство Индивидуальный предприниматель Краснова  
Наталья Александровна  
Адрес редакции: Россия, 603186, г. Нижний Новгород, ул.  
Бекетова 53.